دستور زناشوئی

تألیف

حسینعلی خان مصباحی

حق طبع محفوظ است

طهران ـ دیماه ۱۳۰۸

محل فروش:

کتابخانهٔ سعادت وسایر کتابخانه های مهم

قیمت هر جلد چهار قران

چاپخانهٔ فردین و برادر ـ طهران

دستور زناشوئی

تألیف

حسینعلی خان مصباحی

در عهد سلطنت

اعلیحضرت قدرقدرت قویشوکت رضا شاه پهلوی خلدالله ملکه وسلطانه

با اجازهٔ وزارت جلیلهٔ معارف

طهران

آذر ماه ۱۳۰۸

چاپخانه فردین و برادر — طهران

شماره ۴۰



مولف ــ تولد طهران ۱۲۷۴

ما دنبالهٔ حیاتی هستیم که قبلا بوده و منبع حیاتی میباشیم که بعداً ظاهر میشود

افکار و گفتار و کردار ما دنیای آتیه را تشکیل میدهد که در آن حیات جدید یافته باهم زندگی میکنیم

چنانچه سابقاً هم قید شده مقصود از طبع و نشر این کتاب خود ستائی و هزل گوئی نبوده و نظری جز تذکر بی ترتیبی هائیکه در امر ازدواج مشاهده میشود نیست و هرچند در این موضوع تألیفات دیگری نیز موجود است ولی ازآنجائیکه مؤلفین ویامترجمین آنها بطور کلی داخل در مباحث‌شده و معایب امرزناشوئی ملت مارا بالاختصاص درنظرنگرفته‌اند وبالغات و عباراتی مغلق ودور ازفهم عامه استعمال کرده‌اند لذا اینجانب احتیاجات را مد نظر قرار داده موضوع را عباراتی ساده که موافق فهم و ادراك طبقات مختلفه خصوصاً طبقه نسوان باشد برشته تحریر در آوردم امیداست این ارمغان نا قابل منظور نظر مطالعه کنندگان واقع شده و مقصود نگارنده که‌پیدایش نسل خوب و سعادت مند است حاصل شودچه اولاد ماتجدید حیات ما هستند و ما بوسیله نسل خود داخل درزندگانی نو وتازه میشویم لذا گفتار و کردار ما عالمی را تشکیل میدهد که در آن ظاهر شده وبایکدیگر زندگانی میکنیم



☆(بنام یزدان پاك)☆ L7341

اوقاتیکه این‌جانب ازطرف وزارت جلیلهٔ پست و تلگراف بمأموریت پست جدیدالتأسیس ایالات خوزستان وبرای تحویل گرفتن دفاتر پستی آن صفحه برطبق قرارداد پستی مادرید ازمأمورین دولت فخیمه انگلیس باعدهٔ از همقطاران کار آزموده خود منصوب و اعزام شده بودم چون در محل مأموریت خودیعنی محمره غریب وازکسان خود دوربودم برای گذرانیدن ساعات بیکاری وتعطیل بهتر آن دیدم که بتحریر اطلاعات وعقایدی که‌در موضوع های مختلفه پیدا کرده‌ام پرداخته و باین وسیله یادکاری از خود تهیه نموده وآنرا آثاری از خود قرار دهم

پس از مراجعت بطهران بعضی ازدوستان صمیمی نگارشات مزبور را ملاحظه نموده و پیشنهاد طبع و توزیع آنهارا باین جانب فرمودندولی درانجام نظریه آنان مردد بودم ازآنرو که آثار قلم و فکر خودرا قابل نشر وعرضه بجامعه نمیدیدم و بالاخره در سنه ۱۳۰٤ قسمتی را که راجع بازدواج بود باسم حسن ازدواج طبع نموده و در سنه ۱۳۰٦ بنشر قسمت دیگر که مشتمل بر بیست و پنج مقاله صحی علمی و تاریخی بود بنام طلیعه نور پرداختم ودراین ایام مشغول تهیه سومین کتاب خودبرای طبع بودم که دراین ضمن آقای میرزا احمد خان سعادت مدیر کتابخانه سعادت که‌سابقه زیادی در مطبوعات دارند مایل بتجدید طبع رسالهٔ اولی یعنی حسن ازدواج شدند و علیهذا مقتضی چنان دیدم که بعضی مطالب لازمه را ضمیمه و اصلاحات چندی در آن نموده وآنرا بمعنی و مضمون واقعی خود یعنی‌دستور زناشوئی مسمی نمایم

توالد وتناسل در نباتات وحیوانات

نباتات و حیوانات این عالم برحسب خلقت و طبیعت خود مقید بتوالد و تناسل‌اند وبرای بقاء نسل وسائلی موجود است که با آن توالدو تناسل صورت میگیرد . در انسان و حیوان بواسطه میلی که نربجنس ماده دارد و همینطور بالعکس عمل ازدواج واقع میشود ودر نباتات این فعل یا بوسیله پرندکان وحشرات انجام میپابد یعنی آنها در موقع پرش از درختی بدرخت دیگر با بالها و موهای ذره بینی بدن خود گرد نر را بربیضه ماده رسانیده و یا بوسیله وزش باد گرد نر بربیضه ماده واصل شده تولید تخم و دانه میشود ودر بعضی نباتات کامل این عمل بوسیله انسان صورت میگیرد مانند درخت خرما که گرد نر را باید دستی به بیضه ماده آن رسانید. پس نتیجه این میشود که مقصود طبیعت از مقاربت جنس نر با ماده بقای نسل حیوان ونبات است

در بعضی از حیوانات تمایل بجفت گیری فقط درموقع معینی ازسال بروز میکنند ومابقی سال‌را از این میل محرومند امانوع انسان که ازحیث خلقت کاملتر از سایر حیوانات است و بقوه فهم و دراکه خود قادر به تحصیل معاش و رزق است این تمایل را در مدت سال دارد و چون درهر مقاربتی نسلی تولید نمیشود این میل دائم برای آنست که بتصادف در مقاربت های متعدده حیوانات منویه مرد به بیضه زن تماس کرده وتشکیل جنین دهد و چون یکی از صفات وجود حی تولید مثل است لذا هر انسان و حیوان و نباتی که فاقد این صفت باشد ناقص و بحقیقت در شمار جمادات است

لزوم ازدواج در نوع بشر

بقاء نسل حیوان منوط بمزاوجت وجفت گیری است وچون انسان هم درشمار حیوانات است مطیع اوامر طبیعت ومقید بانجام فعل ازدواج بوده و برحسب میل طبیعی باینعمل قیام مینماید

از آنجائیکه برای ازدواج نوع انسان قواعد و ترتیباتی از طرف انبیاء ومقننین وضع شده نمیشود این عمل چنانکه درحیوانات معمول است اجری گردد باین معنی که هر جنس نری بمادهٔ تصادف نمود بدو آویخته و عمل زوجیت را صورت دهد پس ناچار باختیار جفتی موافق قواعد و قوانین محیط است و از بدو تاریخ الی یومنا هذا اختیار جفت وتشکیل خانواده همواره در میان جامعه های بشری رعایت شده و اگر تغییراتی در آتیه رخ دهد فقط در وضع ومراسم آن خواهدبود

مرد تامتأهل نشده جزو جامعه محسوب نمیشودوزن نیز تاشوهری اختیار ننموده داخل درزندگانی اجتماعی نگشته است

زیاد شدن احتیاجات و قیودات و کثرت توقعات زنان ازشوهران جوانان را باین عزم داشته که حتی الامکان از تأهل اجتناب کنند و از طرفی زحمت شوهرداری و رنج زایش و پرورش طفل و بالاخره آزادی در زندگانی و حفظ وجاهت و زیبائی که یگانه آرزوی کلیه زنان جهان بخصوص زنان ممالك متمدنه است آنها را نیز بهمین فکر انداخته که از قبول شوهر خود داری نمایند.

این قبیل مردم بوسائل غیر طبیعی دفع شهوت از خود کرده و موادیکه دروجودبرای پیدایش نسل تولید میشود ضایع وخراب مینمایند

هردوطبقه ازنقطه نظر تحقیقات وتجارب مخرب زندکانی خود بوده وراه باطل می پیمایند

مطابق احصائیه هائیکه ازمتوفیات شهرهای عالم بعمل آمده معلوم کردیده است اغلب آنهائیکه جوان مرده اند از زنان و مردان مجرد بوده اند و سبب این است که مجردین بواسطه بی تربیتی زندکانی و بی اعتنائی بحوائج طبیعی باعث انحراف مزاج خود میشوند . مردان وزنان مجرد هیچکاه موفق بزندکی مبنی بر اصول صحی نمیشوند و چون نشاط انسان مربوط بامید و علاقه است غالباً اینان پژمرده و دل مرده‌اند چه محبت زن بشوهر و کوشش او در تهیه لوازم خانواده و مجاهدت مرد در تحصیل معاش و دیدار فرزند دلبند ایجاد نشاطی میکند که مردان و زنان مجرد از آن بی نصیب اند و چون جلو خواهش طبیعت را نمیشود کرفت ناچار مردان مجرد یا باستمناء پرداخته صحت خودرا خراب مینمایند و یا آنکه با فواحش معاشرت نموده کرفتار امراض مقاربتی میکردند و چه بسا که درمدت قلیلی چندین مرتبه بمقاربت پرداخته باعث کسالت و ضعف خود میشوند

خود داری از تأهل چندی است در دماغ جوانان طهران و سایر بلاد ایران رسوخ پیدا کرده و در نتیجه روز بروز بر فواحش و فساد اخلاق افزوده میشود و زمامداران امور نیز درصدد جلوکیری برنیامده و فقط اصلاحی که بنظرشان رسیده است اخراج فواحش از شهر و یا ممانعت از مکالمه مرادن با زنان در معابر عمومی بوده است . در محیطی که زنان مستور زیسته و از شرکت در کسب و کار محرومند فقط باین وسائل ممکن نیست جلوکیری از نشر فساد اخلاق در آن نمود در چنین

مملکتي باید تهیه کار برای افراد کرده و تأهل را اجباری و وضع مالیات بر مجردین مستطیع نمود و حقوق و امتیازی برای متأهلین قائل شد و آنهائیکه تأهل رسمی نموده‌اند و اولاد دارند از نظام اجباری معاف داشت یا خدمت آنها را طوری قرار داد که بکلی از عیال خود دور و مهجور نباشند زیرا دور کردن قطعی شوهر از زن نوجوانی کمک کردن به بی عفتی و عصمتی او است و نیز باید قانونی که مستخدمین دولت را الزام بتأهل نماید وضع شود و ازحقوق آنهائیکه مواجب مکفی دارند در صورت امتناع ازتأهل خمس کسر وضبط خزانه دولت شود

بدیهی است تأهل برای طبقه که اتکاء بنفس و سعی و عمل ندارند متضمن ناراحتی خیال است ولی درهرصورت میبایستی این زحمت‌رابخود هموار نمود زیرادر زندکانی اجتماعی انسان وظائفی دارد که باید باداء آن قیام کند منتهی زنان باید از توقعات بیجای خود کاسته وبمعاش مرزوق راضی‌بوده باشوهران خود باعطوفت ومهربانی رفتار نمایند

انکلیس‌ها میکویند احتیاج مادر اختراع است وچنانکه محسوس است تمام ترقیات نوع بشر و پیشرفت او در علوم وصنایع روی این زمینه بوده است . مردان مجرد بواسطه محدود بودن دایره احتیاجاتشان رفته رفته فاقد روح سعی وعمل شده و بیعلاقه بتأمین آتیه کردیده وبالنتیجه اشخاص مهمل و سهل انکار و متلف و بی کفایت میشوند و پیری آنها با فقر وحزن توام است زیرا لزوم تأمین معاش عیال واولاد است که‌شخص را به تکاپو انداخته فکر ابداع و اختراع و ترقی در دماغ او تولید میکنند و ازاینرو کسانیکه انجام امور مهم ووصول بمقاصد عالیه خودرا باداشتن عیال منافی میدانند عقیده باطل داشته و راه خطا می پیمایند ز.راقید

ومسؤلیت فکر را تقویت واحساسات را بیدار میکنند

یکی از علل خودداری مردها از تأهل عصبانیت وممانعتی است که نسوان درمقابل هوسرانیها و تفریحات مردها ابراز نموده واز اینرو آنها را از زن گرفتن گریزان میکنند واین علاقه بتنوع دراکثر مردهاوجود دارد منتهی متأهلینی که پابند عفت و دیانت‌اند بتعدد زوجات میپردازند و برخی بمعاشرت بازنان عمومی‌ودرواقع این‌یکی ازمسائل غامضه‌است که‌در صورتیکه طبقه ذکور از بدو تاریخ الی امروز جفتی برای خود اختیار نموده وبااومدت عمررا بسر می‌برده‌چه‌شده‌است‌این حس تنوع خواهی در سرشت او تولید شده این تنوع خواهی برخی از ملل را باین عقیده برانگیخته که اساس مزاوجت را روی اصول ارفاق و درستی قرار دهند ولی عیبی که این ترتیب دارد گسیخته شدن رشته خانواده و محبت و علاقه ایست که یکنفر زن و مرد در نتیجه نکاح و عقد و پیدایش اولاد نسبت بیکدیگر پیدا میکنند و بدیهی است در آن صورت باید وضع‌زندگی بشر تغییر کرده روی زمینه جدیدی‌گذارده‌شود. درهرصورت وظیفه نسوان است که در مقابل اعمال بوالهوسانه مرد ها صبر و متانت بخرج داده شکیبائی پیشه کنند زیرا منع و مجادله تولید حرص و ولع و نتیجه تفرقه و طلاق و یا ایجاد هوو میشود و برعکس اغماض زن مردرا متنبه ساخته نادم و پشیمان میکند بعلاوه همینقدر که جوانی رو بزوال گذارد هوسرانی هم زایل میشود

سن مقتضی ازدواج

سنی که در آن علماء و اطباء ازدواج را برای مرد و زن مقتضی

شمرده اند بیست و یکسالگی است زیرا در این سن نشو و نمای بدن تمام و قوا کامل میشود ولی بعقیده نگارنده مقتضیات آب وهوا ووضع زندگانی اشخاص و طبیعت آنها در این امر ذیمدخل است یعنی در بلاد سرد سیر شهوت دیرتر از بلاد گرم و حار در ساکنین آن بروز میکند زیرا گرما تولید شهوت را تسریع میکند و سرما آنرا بتأخیر می اندازد و همچنین جوانانیکه وسایل معاش و راحتي آنها فراهم است زودتر از جوانانیکه برای تحصیل رزق بزحمت و تعب اند مایل بمقاربت و مزاوجت میشوند و علیهذا میشود گفت حد اقل سنی که در آن ازدواج مقتضی است برای مردان نوزده وبرای زنان شانزده و حداکثر آن در مردان سی ودرزنان بیست و یك است

والدینی که دختران خودرا برای شوهردادن باشخاصی که منظورشان است در خانه نگاه میدارند و برای مهریه و سایر رسوم خواستگاران را رد مینمایند باولاد خوددشمنی میکنند چه دوشیزگان اگر بواسطه حجب وحیا اظهاری نکنند باطناً محزون میشوند و ممکن است باعث بی آبروئی خانواده و فامیل خود شوند و اگر عفیفه و ملاحظه کار باشند غصه بی جفتی آنها را شکسته و از پا در میآورد و چون جوانی و شباب از غم بی زوجی زایل شد پس ازآنکه بشوهر رسیده وزائیدند آثار کهولت درآنها نمو دار میگردد همینطور جوانانی که قسمت ابتدائی عمر را صرف لهوو لعب مخرب صحت میکنند از زنان جوانی که بعد اختیار میکنند تمتعی حاصل نمایند چه قوای جوانی صرف اعمال بیهوده شده واز استحظاظ اززن جوانی محروم میمانند ونتیجه این میشود که اولاد چندی از اینگونه مردم بدون تربیت باقی میماند زیرا در جوانی است که شخص میتواند

بتربیت اولاد خود بپردازدو اورا بطور صحیح بارآورد وطفلی که درپیری پیدا شود بواسطه نرسیدن والدین بتربیت وتعلیم او ضایع وسربار جامعه میشود پس باید گفت که برای مردم باثروت تأهل در جوانی حتمی است و برای اشخاص بی بضاعت همینقدر که قادر بتحصیل عوایدی که کفاف گذران خانوادهٔرادهدلازم میگردد حقیقةً شخص متأثرمیشود وقتی مردانی را می بینند که سن آنها بچهل و پنجاه رسیده وباداشتن استطاعت وتمول برای آسودگی خیال و ادامه اعمال زشت و رذل خود از تأهل خود داری میکنند آیا تکلیف زنانیکه در جامعه در مقابل این مردان وجود دارند چیست پس اینان را باید ناشرین فساد اخلاق و مخربین جامعه بشری خواند .

ازدواج بی تناسب ومضار آن

مقصود از ازدواج بی تناسب زوجیت مرد جوان بازن پیر و بالعکس است

وصلت زن پیر با یك مرد جوان باین نحو صورت میگیرد که زن متموله مسنهٔ را مرد جوانی برای دارائی و ثروتش نکاح مینماید و برای دلربائی و خشنودی او پی در پی بمقاربت پرداخته صحت خود را خراب میکند یك چنین زنی اگر شیفته وعلاقه مند بشوهر خودباشد بدیهی است ثروت خودرا باختیار او میگذارد وپس از چندی که این دارائی بمخارج بیهوده رسید نزاع بین آنها شروع شده و منجر بجدائی و طلاق میشودو اگر زنی محطاط و دور اندیش باشد ثروت خود را کاملا ممارست نموده و بدست شوهر خود نمیدهد و آن مرد بیچاره بامید روزیکه شاید زن

فوت نماید وثروتی نصیبش شود عمری به تلخی گذرانیده با عفریتی بسر میبرد وچه‌بسا که دراین آرزوجان میدهد وازثروت موهوم نصیبی نمیبرد واگر طرفین زنده مانند مردجوان بیچاره با هیولائی دمخور و زندگانی بسختی میگذراند. این گونه مردم درحقیقت بدبخت اندچه بخیالات واهی عمری بتلخی گذرانیده وغافل ازآنند که زن شریك عمر و ایجاد کننده خوشبختی و یا بدبختی مرداست

از این دو قسمت شق ثانی در ایران بشدت معمول است . والدین دوشیزگان بخیال ثروت مندی اشخاص دختران خودرا سیه‌روزگارنموده بمردان پیر و منحنی میدهند و نتیجه این میشود که این دختران بدبخت بتهدید پدر و مادر تن در داده ولی چون طبع منزجر از همخوابگی با چنین شوهری است کم کم بعفت و عصمت پشت پا زده یا آنکه عمری بتلخی میگذرانند این است که بااطمینان کامل میشود گفت غالب ازدواج های ما ملت که صورت شرعی بآن میدهیم حال زنا را دارد . قصد شارع مقدس از اجرای صیغه عقد و اظهار شفاهی زن در رد و یا قبول زوجیت جلوگیری ازاین خلاف ترتیب بوده است ولی افسوس که مایك دستوری را بدون درك مقصود آن عمل کرده و اجرای روح احکام نبوی را خنثی میگذاریم. ملای ظاهربین درپس پرده برای استماع کلمه بلی ازعروس حاضر میشود ووالدین نفهم او بفحش و تهدید دختر خودرا وادار باظهارکلمه بلی نموده و چه‌بسا که دختر حاضر نشده یکی ازطفیلی‌ها کلمه مزبور را گفته و آخوندهم مراسم شرعی راکامل یافته این‌چنین دختری باچشم گریان ودل بریان بحجله ویادرحقیقت بقبرستان رفته میسوزد و میسازد وبا حیثیت‌و شرافت خانوادگی خودرابه‌بیعصمتی ازبین میبرد

وصلت با اقارب و مضار آن

در اثر تجارب و امتحانات معلوم شده‌است که هرگاه کره‌اسب مادیانی راروی کره‌دیگر همان مادیان بکشند نتیجهٔ آن خوش‌جنس نخواهدگردیدو برعکس اگر کره اسب یك جنس مادیان راروی کره جنس دیگربکشندثمرهٔ آن مال قوی وراهوارخواهدبود همچنین اگرپیوند درختی رابدرخت دیگرزنند اثر آن شاخه های تنومند و میوه خوش طعم و گوارا است . این اصل در نوع انسان کمال تأثیر را دارد . از مواصلتهای بین اقارب وخویشان اولاد ضعیف البنیه خورد اندام پیدا میشود ومضار ازدواج بین اقوام مبرهن و آشکارا گردیده است ولذا مللیکه این امر دربین آنها معمول است عموماً بپستی مانده اند

یکی از عادات خوب مسیحیان عدم مواصلت با اقوام رحمی است بالعکس کلیمی ها که خواهر زاده و برادر زاده خودرا نیز تزویج میکنند و چون عدهٔ از آن ها در این مملکت و جزو ملت ایران محسوب می شوند میخواهم بآنها تذکر دهم که مضار اینگونه مزاوجتها امروزه ثابت شده بعلاوه آن میل و اشتیاقی که انسان در زنا شوئی با غریبه دارد با اقوام و اقارب ندارد کمتر دیده شده که شخصی بایکی از اقارب خود وصلت کرده وزندگانی آنها بآرامش ومحبت گذشته باشد .

چه توقعات بیجا که اشخاص از اقوام خود درمواصلت داشته در صورتیکه از غریبه ندارند و همان توقعات بیمورد ایجاد نزاع خانوادگی کرده دونفری که‌طبعاً بهم‌مربوط وبسته‌اند عدو وبدخواه یکدیگر میگردند

بسی خواهر ها که بواسطه وصلت اولادشان بجان هم میافتند و بسیار برادر ها که در نتیجه اینگونه وصلت ها در مقام ایذاء و تصدیع یکدیگر برمیآیند اینست که حتی الامکان از ازدواج بین اقارب میبایستی خودداری کرد خصوصاً اقوام رحمی مثل دختر خاله و دختر عمه و امثال آنها و برای پیدایش نسل خوب احسن ازدواج دختران دهاتی و اماکن کوهستانی است زیرا دارای مزاج سالم و اعضاء و جوارح قوی میباشند و از مرض نوروزیته یا عصبانیت که غالب دوشیزگان شهری بآن گرفتارند مصون بوده و نتیجه زناشوئی با آنها اطفال صحیح المزاج وباذکاوت است چنانچه تاریخ هم بما میگوید که غالب رجال مشهور عالم از دختران کوهستانی و اماکن ییلاقی پیدا شده اند و اگر این عمل مرسوم می شد که مردان شهری دختران دهاتی راتزویج کنند ودهاتیها دختران شهریرا صد سال ترقیات ما جلو میافتاد و نسل تغییر کرده تغییر خون داده میشد و ایرانی از خمودت وبیحالی کنونی بیرون میآمد و دو نتیجه مهم ازاین ترتیب حاصل میشد اول انکه دختران دهاتی بواسطه همسری با مردان شهری تحت تربیت و تعلیم در میآمدند دوم آنکه دخترانی که بدهات میرفتند تربیت و تمدن را در دهات نشر میدادند و بالنتیجه قسمت مهم اهالی مملکت عملا تربیت میشدند اما اشکال این جا است که دختران شهری اعمال و امور مربوطه بدهات را نمیتوانند انجام دهند و همسری با دهاتی ها برای آنها معسر است و مردان شهری با دختران بی تربیت دهاتی نمیتوانند بسر برند و اگر مدتی هردو طبقه این زحمت را بخود هموار نمایند پس از چندی رفع اشکال شده و نتایج منظوره از آن حاصل میشود

زعمای قوم مبرهن است که خون ایرانی امروزه محتاج باصلاح است و این ترمیم بعقیده این جانب باید بوسیله ملتی که دارای سیادت در جهان و صاحب شجاعت و فطانت است انجام گیرد ولی چون فعلا موانع سیاسی و دیانتی در پیش است لذا مقتضی است پیشنهاد مذکوره در فوق عملی شده و مواصلت بین دهاتی ها و شهری ها و طوایف و ایلات این مملکت معمول گردد و وظیفه حکومت است که این امر را تشویق و ترغیب کند

ازدواج قبل از وقت و مضار آن

یکی از عادات مذمومه که در این مملکت مرسوم است شوهر دادن دختران نا بالغ است و نتیجه این گونه مزاوجت ها باز ماندن دوشیزگان از رشد و ترقی و خراب شدن اعضاء تناسلیه و کسالت دائمی آنها است این جانب شخصاً دختری را دیده ام که درسن نهسالگی بشوهری تنومند و قوی هیکل داده بودند و در صورتیکه در آن تاریخ هیجده سال از عمر او گذشته بود هیکل و قیافه طفلی را دارا و با چهرهٔ زرد و بدنی رنجور گرفتار کار خانه و شوهر داری بود . آیا از ملتی که افرادش این قبیل اشخاص باشند چه انتظار میتوان داشت . این قبیل عروسی ها در مرکز چندان معمول نیست ولی در دهات وقصبات بشدت مرسوم است و معمول نبودن آن هم در مرکز نه از این سبب باشد که بمضار آن پی برده باشند بلکه بواسطه اینست که دختران بالغ بواسطه عدم رغبت مردم بتأهل درخانه مانده‌اند چه رسد بدوشیزگان نا بالغ . و نیز محبت مادران بسا سبب ازدواج پسران در صغر سن و گرفتاری آنها در دوره صباوت و

بچه گی میشود و نتیجه این گونه عروسی ها بیرشد ماندن اطفال وعلیل‌المزاج بودن آنها در مدت عمر است

نکات قابل توجه در مزاوجت

ایرانیها برای پیدایش نسل خوب از حیوانات بار کش کمال سعی و مواظبت را مبذول میدارند ولی در باره نسل خود بیعلاقه وبی توجه اند.

مللیکه باین موضوع اهمیت میگذارند دارای سیادت ورشدند و بر عکس جامعه‌هائیکه امر ازدواج را سهل و بی‌اهمیت می‌نگارند رو به انحطاط و پستی میروند

اصلاح طلبان از سستی و بحالی ملت مینالند و پیشنهاداتی برای رفع معایب و سوق اهالی بجاده ترقی مینمایند اما هیچ یك بعلت واقعی این پستی و انحطاط پی نبرده و اصل را رها کرده بفرع پرداخته اند — اول باید فهمید که این عدم لیاقت برای تجدد و ترقی ناشی از کجا استو چه شده است ایرانی که یادکار های عظیم از خود در جهان باقی گذارده و دارای صنایع بدیعه بوده امروز گذشته از اینکه مخترع یك آلات واسباب کار نمیتواند بشود از بکار بردن مخترعات سایر ملل نیزمحروم استبعقیده نگارنده عدم تربیت خانوادگی و تقلید بیجائی است که در امر ازدواج از ملل مهاجم نموده و باعادات مذمومه ایست که بما تحمیل شده و بهیچوجه نمیخواهیم بترك آنها مبادرت کنیم . اصول ازدواجات‌ما امروزه روی زمینه عادات ورسوم هزارسال قبل‌گذارده‌شده درصورتیکه تمدن وتجدد همینطور که درهریك از مراحل زندکانی رفورم وتشکیلاتی

را متضمن است در امر زناشوئی نیز تشکیلات وتغییراتی را ایجاب میکند و این مقصود باید بدو طریق ذیل انجام گیرد : اول آشنا کردن مردم باصول حفظالصحه و قواعدی که لازمه پیدایش نسل خوب است بوسیله مجلات ونشر مقالات درجرائد دوم‌وضع قوانین برای ازدواجات ومجبور کردن مردم برعایت آنها

برای تشکیل ملت قابل حیات باید تشکیل خانواده‌های خوب داد و این مقصود حاصل نمیشود جزبوسیله اجرای قواعد واصولیکه درنتیجه تجارب وامتحانات علمی برای پیدایش نسل خوب وضع شده لذامردمانیکه علاقه‌مند بسعادت خود واولاد خودهستند بایددرموقع تأهل مراعات‌نکات ذیل را بنمایند :

۱ ـ کافی بودن عواید و حقوق مرد برای تأمین معاش عائله و لوازم صحت درحدود خود زیرا بیچیزی و تأهل جز بدبخت کردن خود وپیدایش‌اطفال رنجور وعلیل چیزدیگری نخواهدداشت

۲ — وجود توافق اخلاقی بین مرد وزن است وبرای این مقصود بایستی در چند جلسه قبل از عقد ملاقات بین عروس وداماد صورت‌گیرد و در صورت وجود توافق اخلاقی نکاح واقع شود برای‌آنکه غالب‌تفرقه‌و طلاقها بواسطه تباین اخلاق است

۳ ـ مخالفت طبع است که بایستی حتماً بین مرد و زن وجود داشته باشد یعنی مرد عصبانی المزاج باید زن لمفاتیکی و بلغمی ازدواج نماید برای‌آنکه دو عصبانی المزاج گذشته از آنکه نمیتوانند باهم بسر برند طفلی که از آنها پیدا میشود فوق العاده عصبانی و درنتیجه‌ترسو وکم رشد و خورد اندام خواهد بود و تشخیص طبایع هم کار آسانی است

برای آنکه بمعاینه اطباء معلوم میشود

٤ ـ وجود علاقه بین طرفین است و برای این مقصود خوب است والدین دوشیزکان در عوض تقاضای مهریه های سنگین که بخیال خودشان جلوگیری از طلاق دخترانشان میکند و درحقیقت بهیچوجه مؤثرنیست اجازه دهند مطابق قانون شرع داماد دختر را ملاقات کرده و در صورت وجود علاقه فیمابین آنوقت مراسم ازدواج صورت گیرد

٥ ـ تقدم سن مرد بر زن است یعنی باید در موقع تأهل این نکته را درنظر گرفت که زنیکه اختیار میشود بیش ازدو ثلث سن مرداداشته باشد و اظهار این عقیده برعلیه نسوان نیست زیرا زنان غالباً درسن پنجاه یائسه میشوند در صورتیکه رجال تاسن شصت وهفتاد نیز میتوانند ایفای وظیفه زوجیت نمایند بعلاوه چون زنان زودتر پیر و شکسته میشوند بقول ویکتور هوگو یك زن چهل ساله با یك مرد پنجاه ساله توافق سنی دارد .

٦ ـ عدم ابتلاء طرفین بامراض مسریه مثل سل و تب لازم و سفلیس و سوزاك است و همینطور استعداد داشتن اعضاء تناسلیه زن برای حمل است ولذا بایدقبل از عروسی طبیبی طرفین را معاینه نموده تصدیق صحت آنها را بنماید و ازطرفی قابله اعضاء زن را معاینه کرده و قابلیت او را برای حمل تصدیق کنند

٧ ـ رشد کامل طرفین وصحت مشاعر وعقل آنهااست ولذاقبل از عروسی بایدتحقیقات کاملی دراطراف قوای دماغی و فکری داماد وعروس ازطرف اولیاء آنها بشود

٨ ـ عدم مستظهر بودن داماد بفسق وفجور وعدم اعتیاد اوبافیون

و الکل است زیرا شخص فاسق و فاجر و افیونی و الکلی مخرب خانواده خویش است

۹ـ عدم معروفیت داماد بارتکاب جنحه وجنایات واعمال بیشرفانه از قبیل ملوط و مفعول بودن است و لذا باید دراطراف زندگانی وسوابق او تحقیقات دقیقه نمود زیرا اخلاق و عادات موروثی و قابل انتقال باولاد است و شخصیکه برضایت خود ملوط واقع شده بی شرف محسوب وچون حفظ ناموس خودننموده بمراتب بحراست ناموس دیگران بیعلاقه است

۱۰ ـ عدم معروفیت داماد بکراهت منظر وعلائم بد درقیافه است مقصود ازبدی قیافه زشتی نیست بلکه علائمی است که دلالت برارتکاب جنحه وجنایات میکند

امروزه درخواستکاری نظر مردم فقط بجهیززن است ومراعات معایب ظاهریه و باطنیه اورا نمیکنند . مقصود این نیست که زن بایستی حتماً بی جهیز وفقیر باشد زیرا ثروت است که تأمین زندگانی خانوادهٔ رامیکند والبته برای یك جوان بی بضاعت اصلح ازدواج دوشیزه و یازن متموله ایست ولی فقط و فقط این نکته را نباید در خواستگاری مطمح نظر قرار داد و سایر نکات مهمه را فراموش نمود زیرا غنا و فقر و عزت و ذلت هیچیك مستدام و پایدار نیست ولی قوای فکری و بدنی والدین و اخلاق و عادات آنها است که باولاد ارث رسیده و از او منفك نمیشود و لذا والدین دوشیزگان در عوض انتخاب داماد های باثروت خوب است در هوش و استعداد آنها دقیق شوند و فکر این کنند که دامادآنها از هر صنف و طبقهٔ که هست در مقام خوددارای شخصیت بوده و در کار

خود فطانت و مهارت داشته مستعد ترقی و تعالی باشد

وظائف حکومت در امر ازدواج

تا کنون حکومت ایران در امر ازدواج مداخله ننموده از آن سبب که آنرا امر مذهبی دانسته است در صورتیکه جهل و نادانی مردم و بی ترتیبیهائیکه امروزه در این باب مشاهده میشود دخالت حکومت را الزام میکند. فعلا واجب نیست که قانونی ازطرف دولت برای جلوگیری از تعدد زوجات وضع شود زیرا در مملکتی که انتخاب زن بسته بپسند مادر و اقوام داماد است نمیتوان اشخاص را مجبور کرد با همان عیالی که مادران برای خود در حقیقت گرفته اند و بواسطه پیدا شدن اولاد و عاطفه تفریق و طلاق آنها هم اشکال دارد بسر برند و این منع باید پس از گذشتن اقلا بیست سال از رفع حجاب بعمل آید ولی بیستری بنحوی که در اروپا معمول است برای جامعه ایرانی مضر بوده و ما را دچار زحمت و مصیبت میکند و مقصود نگارنده از رفع حجاب همانست که شرع انور هم مباح کرده یعنی بوضعی که زنان در حال نماز دارند و آنهم در صورتیکه آداب و اخلاق امروزی ما محفوظ ماند و راهی برای نفوذ اخلاق اروپائی و آزادی خنکی که درآن اقلیم بنسوان داده اند و باعث نارضایتی و اختلال امور خانوادگی آنها و کثرت بی عفتی و عصمتی را فراهم نموده است باز نشود.

قوانینی که فعلا وضع و اجرای آن توسط دولت ضرورت دارد در مراتب ذیل است :

۱ـ جلوگیری ازازدواجهای بی‌تناسب یعنی مزاوجت مردپیربازن جوان ومرد جوان بازن پیر

۲ـ منع‌ازتأهل اشخاصیکه دارای امراض‌مسریه‌مثل‌سل سینه وتب لازم وسفلیس وسوزاك اند وبرای این مقصود باید حکومت تصدیق صحت دو نفری را که میخواهند وصلت کنند بخواهد و بعد مزاوجت آنها را اجازه دهد.

۳ ـ منع از ازدواج قبل‌از وقت یعنی قبل از رسیدن بسن بلوغ

٤ـ جلوگیری ازتأهل مجانین و آنهائیکه باختلال مشاعر معروف ولی جنون آنها باندازهٔ نیست که دردارالمجانین نگاهداشته شوند

٥ـ جلوگیری ازتأهل اشخاصیکه بوسائل‌بیشرفانه ارتزاق میکنند خصوصاً اشخاصیکه بملوط بودن معروف ومستظهرند

٦ ـ منع از تأهل اشخاصیکه مرتکب جنحه و جنایات شده‌اند

۷ ـ منع از تأهل اشخاصیکه بکراهت منظر معروف و انکشت نما هستند

۸ ـ منع از تأهل معتادین بافیون و الکل

از طرف دیگر بایستی دولت متخصصین در علوم و فنون عالیه و ارباب صنایع بدیعه و آرتیست ها و کاشفین و مخترعین و کلیه اشخاصیکه دارای استعداد و ذوق سرشارند و یا بوجاهت و حسن منظر معروفند بتوالد و تناسل وادار کرده آنها را باین امر تشویق نماید زیرا استعداد بقانون پسیکلژی موروثی است و لذا نسل طبقات فوق را باید محفوظ از انقراض داشت تا همیشه ملت از این نهال های مثمر

L7341

برخوردار باشد

وظایف زن در جامعه

عدهٔ ازطرفداران نسوان سعی میکنند دلائلی برای تساوی آنها با رجال در قوای دماغی وفکری اقامه کنند و برخی از فمنیست‌ها بمبالغه پرداخته منکر محسوسات وبدیهیات نیز میشوند . این یکی از اصول مسلم است که قاطبه زنان صرف نظر ازعدهٔ معدود از حیث قوای بدنی ودماغی پست‌ترازمردان بوده و چون دارای احساسات و عواطف رقیقه اند برای کارهائیکه متضمن حزم و متانت وممارست وفکر عمیق است مناسب نبوده و اموری را باید عهده دار شوند که در خور استعداد و ساختمان مغز و بدن آنها است

بزرگترین و مقدس ترین وظیفه زن تولید نسل و پرورش و تربیت او موافق اصول صحی وعلمی است وبرای نیل باین مقصود بایددوشیزگان را بوظایف مادری آشنا نمود. اغلب دروس مدارس نسوان ما موافق احتیاجات کنونی جامعه نیست . نسوان هیچ احتیاجی بتحصیل السنه خارجه و جبر و هندسه و فیزیك و شیمی ندارند زیرا قوای دماغی آنها باندازهٔ نیست که بالاخره در یکی از این علوم متخصص شوند و بجای این دروس اگر صنایع یدی و فنون مستظرفه از قبیل عکاسی خیاطی نقاشی موسیقی قالی بافی ساعت سازی ماشین نویسی و امثال آن تعلیم داده شود ارجح است . حفظ‌الصحه جنسی و حفظ‌الصحه خانوادگی و علم تعلیم و تربیت و اخلاق و طباخی وخانه داری واقتصاد باید جزو پروگرام مدارس نسوان قرار داده شود و برای خاتمه دادن بدوره جهل و بیسوادی نسوان

و قاطبه اهالي مملکت باید الفبای ناقص و همه چیز نا درست عربی به لاتین تبدیل و مساعی لازمه در تسهیل کتابت و قرائت زبان بکار برده شود زیرا با الفبای حالیه ترقی ایرانی خیلی بطئی وکند خواهد بود

نسوان باید خودرا مفید بحال رجال ساخته و در گردش چرخ زندکانی با آنها مساعدت و یاری نمایند. عدم تساوی نسوان با رجال در استعداد و ممارست درکار دلالت بر این نمیکند که خودرا یارازیت دانسته وازدست رنج مردان اعاشه وارتزاق نمایند بلکه میتوانند بوسیله آموختن یکی ازصنایع یدی معاش خودرا تأمین نمایند. زنهاباید خودرا مطیع و مهربان نسبت بشوهران نشان داده و اظهار منیت و شخصیت ننمایند زیرا از بدیهیات است که دو نفر در یك خانه نمیتوانند در عین حال مطاع باشند و یك قسمت از تفرقه وطلاق ها بی اطاعتی زنان وخودسری آنها است.

نجابت و عصمت داری یکی از خصائص و خصال پسندیده ایرانیها است که بدان معروف اند و بزرگترین مفاخر زن حفظ ناموس است. خانمها باید بدانند که بی عفتي و بی عصمتی آنها حیثیات خانواده را بر باد داده و فامیلی را سر شکسته و فاقد شرافت میکند و علیهذا نباید برای تفریحات آنی و موقتی خودرا ننگین و دامن عفت خودرا بلوث بیعصمتی لکه دار نمایند

اعضاء تناسلیه مرد

اعضاء تناسلیه مرد بدو قسمت تقسیم میشود اول اعضائیکه تولید منی میکنند دوم اعضائیکه منی را نقل بجای مطلوب میدهند. مهمترین

عضو دراعضاء تناسلیه مرد خصیتین وآن عبارت ازدوغده بزرك است که در لفافه‌ها پیچیده شده . داخل این غده‌ها بوسیله پرده‌ها به حجره ها تقسیم شده وهر حجره پراز لوله‌های مو مانند است که مثل کلافه ابریشم درهم اند . در داخل این لوله ها نطفه تولید شده و پس از نمو کامل بوسیله مجرائی که آنرا مجرای ناقله منی مینامند بخزائن منی که دوانبار کوچك و در زیر مثانه واقعند رفته واز خزائن مذکور بوقت جماع بوسیله مجرائی دیگر به ابتداء مخرج بول رسیده و از آنجا بواسطه انقباض و انبساط عضلات بقوت دفع و خارج میشود

منی مرکب است از آب وآلبومین (سفیده تخم) ومقداری آهك و گوگرد و این مواد تشکیل مایعی را میدهد که در آن نطفه یا ذرات حیاتی زیست و شنا میکنند . نطفه ذرات بیرنك و یك سلولی هستند که مثل کرم سری گرد و دمی باریك دارند و بوسیله حرکت آن دم خودرا حرکت داده ومانند ماهی در منی شنا میکنند . هرگاه یك قطره منی زیر ذره بینی قرار داده شود هزاران از این ذرات حیاتی در آن مشاهده میشود .

در جوانی خصیتین خیلی فعال و منی زیاد تولید میکنند و چون خزائن منی گنجایش برای آن ندارد لذابوسیله خوابهای احتلامی خارج میشود . منی جوان غلیظ و دارای نطفه بسیار است برعکس منی پیر که رقیق و ذرات حیاتی آن معدود است و منی برخی از مردان بهیچوجه دارای نطفه نیست و علت آن خرابی لوله های خصیتین است

قضیب یا آلت رجولیت که ناقل منی بدرون أعضاء تناسلیه زن است جسمی است اسفنج مانند دارای رگهای بسیار که از خون پر شده

و در آنحال نعوض کرده راست میایستد و بوسیله اعصاب این عضو است که مرد از مقاربت محظوظ و متأثر میشود ـ دروسط این آلت مجرائی است که ادرار ومنی از آن خارج میگردد وبوقت جماع از سوراخهائیکه در قسمت علیای آن واقع اند ماده لزجی تراوش میکند که سطح درونی قضیب یا مخرج بول را صیقلی و لغزنده و باین طریق جریان و دفع منی را تسهیل و تسریع میکند . اگر قضیب خیلی کوتاه باشد مانع حمل است و اگر خیلی بلند باشد علت امراض رحمی میگردد

اعضاء تناسلیه زن

اعضاء تناسلیه زن بدو قسمت تقسیم میشود اعضاء خارجی واعضاء داخلی . اعضاء خارجی عبارت است از دو لب بزرك فرج که شکل بان میدهد و دو لب کلی رنك کوچك که در دو لب بزرك مستور ولی در زنان ممالك گرم سیر و زنانیکه زیاد زائیده اند بیرون آمده و رنگش تیره و سیاه میشود . دردختران جوان بواسطه تمایل خون باعضاءانائیه‌لبهای کوچك فرج متورم شده و دلالت بر بروز احساسات شهوانیه در آنها میکنند .

بالای دو لب فوق‌الذکر یعنی در محل اتصال آنها عضو گردکوچکی وجود دارد که بعضم عانه ملصق است . این عضو نامش بظر وحال قضیب مردان را داشته نعوض میکند و بوسیله آن زن احساس شهوت در خود کرده و تماس آلت رجولیت بآن اورا محظوظ میگرداند . بعضی اوقات این عضو زیاده ازحد بلند وطویل وشبیه بآلت رجولیت مردان میشود در این حال زنان حامله نشده و از نزدیکی مرد متأثر نمیشوند این قبیله

زنان مخصوصاً در اماکن گرم بسیارند که معشوقه ها برای خود اختیار نموده ومانند مردان با آنها مقاربت میکنند وسوق دادن آنها بعالم انائیت بوسیله کوتاه کردن وقطع زیادی بظر صورت میگیرد

بین رحم وفرج مجرائی است بطول سه گره که یکسر آن بدهانه فرج وسر دیگر آن بدهانه رحم وصل است واین غلافی است که قضیب بهنگام جماع داخل آن میشود ودارای غده هائیست که ماده لزجی ازآنها تراوش کرده ودخول و خروج قضیب را تسهیل مینماید . این مجری نامش مهبل ودارای چین هائی است که درموقع ولادت از هم باز شده و معبر وسیعی برای خروج جنین تشکیل میدهند

رحم یا بچه دان کیسه ایست واقع مابین امعاء ومثانه و درمواقع عادی کوچك وجمع است ولی با بزرك شدن جنین منبسط و کنجایشش زیاد میشود درحم مهمترین عضو ازاعضاء تناسلیه زنان است ودر صحت وسلامتی آنها ازسن بلوغ الی سن یأس دخالت تام دارد. درطرف راست وچپ رحم دو تخم دان یامبلیض واقع شده که هریك بتوسط مجرائی که نام آن نفیر است برحم مربوط میشود در تخم دانها بیضه تولید شده و پس از نمو و رشد کامل خود که بیست الی سی روز طول میکشد از تخم دان خارج شده و از راه نفیر بملایمت وتأنی بسوی رحم میرود دراین وقت اگر مقاربتی واقع شود زن حامله میگردد و اگر نشد بیضه با خون حیض از رحم دفع میشوند . تخم دانها هریك ببزرگی تخم کبوتری هستند و بیضه که در آنها تولید و نمو میکنند باندازهٔ یکصدم خشخاش است . ملحق شدن نطفه را به بیضه بزبان علمی القاح مینامند و نتیجه آنرا ثمرهٔ القاح

پرده هلالی شکل در اول مهبل دختران وجود دارد که آنرا پرده

بکارت مینامند و این پرده‌ایست نا تمام و بی ثبات که از یکی از چین‌های مهبل خارج و در مقاربت اولیه پاره شده و خون از آن جاری میشود . در بعضی از دختران این پرده وجود ندارد و در بعضی باندازهٔ فراخ است که دخول آلت رجولیت به مهبل آنان بدون جریان خون واقع میشود و علیهذا جریان خون را در شب زفاف نمیتوان دلیل بکریت دانست و آن طوریکه عوام تصور میکنند بکارت پرده کامل وتمامی نیست زیرا اگرچنین بودجریان خون حیض دردختران باکره ممکن‌نبودو معقول‌هم بنظرنمیرسید که غلافی که طبیعت برای دخول آلت رجولیت ایجاد کرده است دهانه آنرا مسدود نماید

در ایران بجریان خون در شب زفاف خیلی اهمیت میدهند وفقدان آن باعث هیاهو و تفرقه و طلاق میشود و چه بسیار دختران که از حلیه بکارت در حقیقت عاری بوده و در شب زفاف مردان را فریفته و بکمك ماما ها و تدابیر آنها جریان خون از خود ظاهر ساخته اند و در مقابل دخترانی بوده‌اند که در حقیقت باکره و بواسطه ضعف و کم خونی و یا فراخ بودن دهانه پرده مزبور خونی از آنها مشاهده نشده مخصوصاً در دخترانیکه باستشهاء بالید میپردازند این اتفاق بسیار افتاده ولی همیشه ازاله بکارت و یا مقاربت اولیه با وجع ودرد توأم است ولذا تازه‌عروسان باید تاچند روز استراحت نموده و مهبل را با مطبوخ کوکنار شستشو دهند وازنزدیکی بامرد احتراز جویند

شهوت در رجال

پرشدن خزائن منی باعث تمایل خون باعضاء تناسلیه مردونعوض

قضیب میشود در این حال طبع میل مفرطی بمقاربت پیدامیکند. سنی که بروز احساسات شهوانی دررجال میشود پانزده وشانزده است ولی اشخاصی که علیل و ضعیف اند و یا زحمات بدنی وفکری آنها زیاد است دیرتر باین فکر می افتند و در این قبیل مردم در سن بیست و بیست و پنج شهوت بروز میکند. بطور عموم مردها در سن پانزده محتلم شده و رؤیت زنان اعصاب آنها را سست و مرتعش میکند. برای جلوگیری ازاین احساسات بایدعضلات‌را بورزش واداشت وراههای دور وخسته کننده رفت وخیال را منصرف نمود زیرا مقاربت در این سن مضر و بدن را از نشو و نما باز میدارد.

در سن بیست و یکسالگی برای اشخاص شهوانی و قوی البنیه بی توجهی بخواهش طبیعت مضر و ممکن است تولید جنون وسایر امراض نماید.برای بتأخیر انداختن بروز شهوت درجوانان باید صحبت‌های شهوت انگیز در حضور آنان نکرد و کتبی که مهیج شهوت باشد دردسترس‌آنها قرار نداد و از مضار دفع منی خاطر آنها را آگاه ساخت و کاملا مواظب آنها بود که در خفا باستمناء نپردازند چه اگر معتاد باین عادت زشت مخرب صحت شدند جلوگیری و ترك آن بسی مشکل ودرآن حال جزمتأهل ساختن آنها چاره نخواهد بود. والدینی که بروز این عادت را در اولاد خود مشاهده کرده وازنقطه نظر اینکه اورا گرفتار تأهل ننمایندبی‌اعتنائی بموضوع میکنند راه باطل پیموده و صحت و تندرستی اطفال خودرا در معرض فنا قرار میدهند زیرا استمناء یا جلق تمام کننده قوا ومنحنی کننده استخوانها و ایجاد کننده پیری قبل از وقت است و در صورت امتداد و استمرار مجاری بیضتین را خراب کرده وشخص‌را مقطوع‌النسل

میکند و علت ابتلاء و افراط در آن گوشه نشینی یعنی ورزش ننمودن جوانها است که در نتیجه خون متوجه اعضاء تناسلیه شده و آنها را باستمناء یا تعقیب زنان برمیانگیزد و اگر جوانان و دوشیزگان ورزش نمایند دارای سرشاری و شوق بکار شده قوای جوانی که بنهج مذکور بهدر میرود صرف خدمات ملیه و نوعیه میگردد لذا اولیاء اطفال بایداولاد خود را عادت بورزش دهند و در مدارس جزو پرگرام قرار داده و میدان های بازی برای فوت بال و بیس بال و اسپرت های دیگر تهیه گردد .

تولید منی در هر شخص و درهر سن مساوی نیست مردمان دهات بواسطه زحمت بدنی که در تحصیل معاش و امر فلاحت و زراعت دارند کمتر بفکر شهوت می افتند برعکس شهری‌ها ومخصوصاً بیکاران آنها زیاد مایل بجماع میباشند. مردان عصبانی و لاغر ودارندگان چشمان درشت براق و لب های کلفت و ابروان پیوسته شهوانی المزاج میشوند . متمولین بواسطه عدم حرکت و ورزش فربه و کم شهوت و کم اولادند برعکس طبقه کارگر و کاسب حریص بجماع و پراولاد میگردند . مردمانیکه گرفتار فقر و مسکنت بوده و بازحمت فکری و بدنی تحصیل معاش میکنند واشخاصیکه بامراض مثل سل و فقرالدم و مالاریای مزمن گرفتارند کم شهوت میشوند

شهوت در نسوان

اولین بیضهٔ که نمو کامل کرده از تخمدان بطرف رحم رهسپار می شود باعث حایض شدن وبروز تشنجات شهوانی دردختران میشود وبعدها

نیز قبل از حیض و بعد از آن احساسات مزبور در آنها پیدا میشود ولی شهوت و میل آنها بمقاربت چندان قوی و شدید نیست ولی طولانی و پر دوام است و آنها وقتی از جماع محظوظ میشوند که عشق و علاقه بطرف داشته واورا بواسطه وجاهت وباعلت دیگری دوست داشته باشند. درمرد همینکه انزال منی‌شد دیگر رغبت بجماع باقی نمیماند ولی‌زنان اینطورنیستند و ممکن‌است با زنی مدتی ملاعبه نمود و بفعل مقاربت دوام داد و او در درجه تمایل اولیه خود باقی و پایدار باشد وچنانچه عوام تصور میکنند زن دارای منی نیست و او فقط بوسیله بظر احساس شهوت درخودمیکند و آب لزجی که در موقع مقاربت از او مشاهده میشود برای تسهیل‌دخول و خروج آلت رجولیت است منتهی جریان مایع مزبور در حال مقاربت و یا قبل از آن درموقع ملاعبه دلالت برتمایل او بطرف و اشتیاق بجماع میکند و اینکه مردم میگویند شهوت زن نهدانك و آن مرد یکدانك‌است حرفی پوچ و بی اساس است زیرا در بیست مرتبه مقاربت شاید یکمرتبه زن در خود احساس تشنجات شهوانی کند مخصوصاً زنان فربه لمفاتیك‌و نسوانیکه دارای پوست سفید و موی زرد هستند بیعلاقه باین فعل اند و احساسات شهوانیه بندرت در آنها ظاهر میشود برعکس زنان عصبانی و سینه پهن و لاغر و سبزه که مایل بجماع بوده و بزودی بحالت اهتزاز و شهوت درمیآیند . در حال حیوانات هم که‌دقیق میشویم می بینیم همیشه جنس نر ماده را تعقیب میکند و بدنبال او میرود و چون تمایل جنس اناث بجماع قوی نیست لذا در صورتیکه مواظب حال دوشیزکان شوند و از معاشرت آنها بازنان طرار و فاسد الاخلاق جلوگیری نمایند عفیف وباتقوا میمانند وچیزیکه بیشتر باعث خرابی دوشیزکانست مطالعه رمانهای

عشقی و کتب شهوت انگیز است و اتفاقاً علاقه مخصوصی هم نسوان بقرائت کتب رمان دارند و خانمهای باسواد اگر کتابی هم بخوانند رمان خواهد بود و آنرا جزو تجدد میدانند و غافل از آنند که اروپائی اگر رمان میخواند و مینویسد از آنطرف هم مدارج علم و صنعت را پیموده و قرائت رمان را بساعات تفریح وبیکاری محول میکند ومثل ما در درجه ابتدائی معارف و تمدن نیستند لذا اشخاصیکه اوقات گرانبها را صرف ترجمه رمان میکنند بهتراست بترجمه کتب علمی اروپاپرداخته وازاینراه خدمتی بمعارف مملکت خود نمایند

منبهات و مخدرات

مکیفات و مخدرات از هر قبیل و مشروبات بارده و ورزشهای خسته کننده و رفتن راه زیاد تولید منی را تقلیل میدهد . برخی گمان میکنند مشروبات الکلی برشهوت میافزاید درصورتیکه قوی ترین چیزها جهة دفع شهوت است همینطورافیون و دخانیات و مهیجات ازقبیل قهوه وچای قاطع الشهوه اند . الکل درابتداء تهییج میکند ولی استمرار درشرب آن شخص را کم شهوت وبالاخره عنین مینماید . بی خوابی و شب نشینی و کتابت و قرائت و فکر زیاد و منحصر کردن غذا بنباتات و یا گوشت حیوانات ونوشیدن آب غوره وآب نارنج وآب لیمو وسرکه وسایرمشروبات ترش و خوردن کاهو و خیار وهندوانه شهوت را نقصان میدهد . غذاهای مقوی باه عبارت اند از کباب و گوشت ماهی و خرچنگ دریائی وکله پاچه و تخم مرغ و شیر و کلیه خوراکهای فوسفر و ازوت دارد وادویه حاره از قبیل زعفران، دارچین، زنجبیل وفلفل

نکات قابل توجه در مقاربت

محل مجامعت باید از حیث‌هوا معتدل و امن و خالی ازاغیار باشد و طرفین در حرکات و مذاکرات خود آزاد باشند بیم و هراسی درکار نباشد . در حال تشویش و اضطراب و فکر و اندوه و بیم و هراس نباید نزدیکی کرد همچنین در موقع خستکی بدن و مغز و در حالت مستی و بیهوشی جماع گذشته از اینکه بحال طرفین مضر است طفلی که پیدا شود علیل‌المزاج و کودن خواهد بود. درموقع غروب آفتاب‌و کسوف‌وخسوف و رعد و برق احتراز از مجامعت اولی است . بعد از ناخوشی و کسالت طبیعت مایل بمقاربت میشود ولی این خواهش کاذبه است . بلافاصله بعداز خوردن غذا و شستشو و ورزش و کلیه اعمالیکه خستکی بدنی و دماغی ایجاد نموده نباید بجماع پرداخت

پس از ختم مجالس عیش و نوش و یا عزا و سوگواری و محافل علمی و سیاسی‌وتیاتر وسینما مجامعت خطای محض‌است‌زیراهرکدام‌تأثیراتی درمغز و افکار انسان نموده که برای طرفین و مولود ضررجسمی وعقلی دارد اغلب مشاهده شده است که‌ازوالدین قوی وتندرست اولاد ضعیف وابله‌وناقص‌الخلقه پیدا شده و علت آن بی توجهی بیکی ازاصول مندرجه فوق است

بهترین موقع برای مقاربت صبح است چه بدن و مغز رفع خستگی خودرا بواسطه راحتی و خواب شب نموده وتمام حواس جمع وآماده است منتهی کاملا اعصاب باید بیدار بوده و طرفین خواب آلود نباشند و نیز باید در نظر داشت که مجامعت اگر پی در پی واقع شود شخص را آماده برای ابتلاء بامراض ساخته و ایجاد پیری قبل از وقت میکند و انزجار طبعی

در طرفین از یکدیگر تولید میشود همچنین در قیام کردن بوظیفه زوجیت نیز تولید عنن و یأس زوجه کند و باید در نظر داشت که بین هر مقاربتی اقلا یك شب فاصله داده شود

مرد همینکه کاملا طبیعت را مایل بمقاربت دید بدون آنکه خود باعث بیداری شهوت شود باید با گشاده روئی و ملاعبه با زوجه خود نزدیکی کند و در صورتیکه مشار الیها گرفتار هم و غمی باشد ابتداء برطرف کردن آن واجب است و درصورتیکه موفق بمسرور کردن او نشد باید انجام مقصود را بوقت دیگر گذارد و برزن حتمی است که درصورتیکه تقاضای مرد را بیمورد نه بیند خواهش اورا استقبال نموده و با شوق و تمایل آنرا خاتمه دهد زیرا اظهار بی میلی زن در اینمورد اعصاب ودماغ مرد را خسته کرده تولید انزجار و تنفر در او میکند وبرای آنکه زن از جماع متأثر و متنبه شود و حرکات او تولید اهتزاز در مرد نماید ممکن است عطر دارچین یا گل سرخ که بایست مقابل روغن بادام مخلوط شده باشد ببظر و یا قضیب مالیده شود

جماع طبیعی آنست که مرد دررو واقع شود . جماع بحالت ایستاده خطرناك و ممکن است تولید رعشه دریا و دربدن کند همچنین واقع شدن مرددرزیر وزن دررو اکیداً قدغن شده است زیرا مخالف سیر وجریان منی است و نیز جماع در حالت نشسته بدهانه رحم صدمه میزند و لازم است که برای همیشه و خصوصاً بوقت مقاربت زن درلباس پاکیزه ومعطر بوده و مراعات نظافت را از هر حیث بنماید و همینطور بر عهده زوج است که مراعات نکات فوق را نموده خودرا مطبوع و پسند عیال خود کند و هرچند اظهار این مطالب بنظر برخی خارج از نزاکت و عفت

میرسد ولی آنکسانیکه واقف باسرار حیات اند تصدیق میکنند که مکان مجامعت وطرز آن وحالات زوجین وترتیب دفع وجذب منی در چگونگی حالات وساختمان مولودمدخلیت تام دارد وبدیهی است این کتاب برای مطالعه اطفال ودوشیزگان نابالغ نیست بلکه برای جوانان و دخترانیست که بمرحله زناشوئی رسیده ویامتأهل شده اند و اگر بدست اطفال افتد ایرادی بر مؤلف وارد نیست زیرا در ممالك متمدنه از این قبیل کتب برای تنبیه و آگاهی مردم زیاد طبع و نشر میشود منتهی کتابخانه ها باطفال نفروخته ووالدین هم در دسترس آنها قرار نمیدهند

زناشوئی وتوالد در دوره تاهل

برای رجال شهوانی ازسن بیست ویك الی سی هفته سه مرتبه تعیین مقاربت شده وازسن سی الی چهل هفتهٔ دومرتبه وازچهل الی پنجاه هفتهٔ یکمرتبه واز پنجاه الی شصت پانزده و یا ماهی یکمرتبه . درسن شصت وهفتاد نیز احساس شهوت درمرد میشود ولی اولی ترك آنست چه این خواهش موافق صحت وسلامت بدن نیست و دیده شده اند اشخاصیکه دراین سن بمقاربت پرداخته وپس از وقوع انزال فوت کرده اند وازچیزهائیکه درمدت تأهل باید مراعات نمود مرتب بودن اوقات مقاربت است بدیهی است ناخوشی وکسالت وقفه باین امر وارد میکند وتامزاج صحت وقوت اولی راتحصیل ننموده نباید بآن پرداخت .

برای پیدا کردن اولاد قوی البنیه وصحیح المزاج بهترین مرحله دردوره زندگانی سن ۲۵ الی ۳۵ است زیرا دراین دوره اعضاء تناسلیه کامل وبدن درمنتهای قوت وصحت خود میباشد وخاصیت منی در مرد وقابلیت القاح درزن در درجه کمال است . اولادیکه دراول جوانی یعنی

ازسن بلوغ الی سن ۲۵ پیدا شود خورد اندام و ضعیف البنیه و عموماً تلف میشوند همینطور اطفالیکه از زوجین پیر بدنیا آیند غالباً اناث وپیر صورت و بد شکل و علیل المزاج و مستعد ابتلاء بامراض اندوزود-میر میگردند و لذا کسانیکه مایل ببقاء نسل خود هستند باید در دوره مذکوره فوق تحصیل اولاد کرده ودر دوره قبل و بعد آن بوسیله ادویه مخصوصه و تدابیر معموله ازپیدایش آن جلوگیری نمایند .

اساس نشو و نمای حیوانات دراین عالم برزمینهٔ حیات افضل والیق قرار دارد یعنی هرجانداری که توانست مناسبات درونی را با وضعیات خارجی یامحیط خود وفق دهد قادر بزیست بوده والا هلاك و نابودمیشود و چنانچه تاریخ طبیعی بما میگوید حیواناتی دراین عالم درازمنه سالفه وجود داشته اند که دراثر قادر نبودن بادامه حیات معدوم و طبیعت ضعیف کش و قوی پرور اثری هم از آنها باقی نگذارده است وامروزه هم مشاهده میکنیم حیوانات وبعضی ازطوایف نوع بشر که قابل تنازع بقاء نیستند دارند از بین میروند و منقرض میشوند لذا هر ملتی که مایل بزیست و زندگانی است باید نسل خودرا طوری تولید و پرورش دهد که برای تزاحم بقاء مجهز وآماده باشد و چون ملت مرکب ازافراد استهرفردی موظف است مساعی وتدابیر لازمه را دراین باب بکاربرده و نسل را از مرك و هلاکت مصون ومحفوظ بدارد .

بسا میشود اطفالیکه از یك صلب و یك رحم پیدا میشوند از حیث لیاقت واخلاق وترکیب متفاوتند و این در اثر تغییراتی است که در زندگانی والدین آنها بروز میکند. زندگانی عده زیادی از مردم خصوصاً صحرا نشینان واشخاص بیسواد غالباً بیك نهج میگذردواطفال

هرخانوادهٔ از آنها هم از حیث استعداد و اخلاق چندان فرقی بایکدیگر ندارند ولی اخلاق وعقاید شخص مطالع ومترقی دستخوش انقلاب وتغییر است وازاینرو اطفال اوهم ازحیث استعداد و اخلاق با یکدیگر اختلاف دارند وهریك باندازه فکر ولیاقت خود ترقی مینمایند وچون بحال طفلی دقیق شویم میتوانیم پی بچگونگی فکر واخلاق والدین او دردورهٔ که اورا تولید نموده اند ببریم وازاینرو میتوان گفت که زحمات شخص در تحصیل علوم وفنون باموت ومرك ازبین نرفته و نتیجه آن که قابلیت و استعداد برای آن علم وفن باشد بالوراثه باولاد منتقل میشود منتهی اگر آن استعداد تعقیب وتربیت نشود بمرور زمان منحل شده از بین می رود .

خوب صورتی اولاد

نوع بشر ازدوره توحش خود همانطوریکه از اجسام وهیاکل مهیب وبدشکل هراسان وگریزان بوده باشیاء ظریف و مناظر زیبای طبیعت انس والفت یافته وچون تمام‌حواس‌اودرنتیجه نشوو ارتقاء تربیت شده حس تنفر از زشتی وکثافت وعاطفه واشتیاق بزیبائی و نظافت دراو پرورش و نمو کرده وازاینروهمیشه طالب همسری خوش سیما وهمدمی دلرباست . وجاهت و حسن صورت سرمایه ایست طبیعی و شمشیر برنده ایست در زندگانی ولذا هرخانواده حساسی باید آنرا برای نسل واولاد خود باتمام قوا طالب وخواهان باشد .

هرچند که قاعدتاً مولود شبیه بوالدین و مخصوصاً باجداد خود میشود ولی درعین حال ممکن است وجیه وخوش سیما گردد چنانکه

اطفالی دیده میشوند که ازوالدین زشت بعمل آمده ودرنهایت وجاهت اند وبرعکس ازوالدین خوب صورت اطفال کریه المنظر پیدا شده اند و این خود دلیلی است که عوامل دیگری غیر ازوراثت در کار است که جنین را خوشکل ویابدگل میکند.

آنچه بتجربه رسیده در زیبائی ثمره القاح اولا مکان مجامعت دخالت داردچه دیده شده است اطفالیکه نطفه آنهادراماکن مطبوع وباصفا بسته شده عموماً خوشگل ووجیه و برعکس اطفالی که از نتیجه مقاربت درنقاط کثیف وبدمنظره پیدا شده اند کریه المنظر وبدقیافه گردیده‌اند جماع درباغ باصفاویا کنار باغچهٔ که مزین بگلهای الوان معطر باشد مطبوع ودر زیبائی مولود مؤثر است ودر صورتیکه نا گزیر ازانجام آن در اطاقی باشند باید دیوار های آن مزین بتصاویر زنان ماهرو وکارتهای الوان یاقالیچه های خوش رنك و پارچه های جالب نظر شده باشد. جماع در اماکن ترسناك و مخوف گذشته ازاینکه تولیدافسردگی در اعصاب ودماغ میکند طفلی هم اگر پیدا شود بدشکل و بد قیافه خواهد بود واز اینرو میتوان گفت دهقان زاده های پربروی نتیجهٔ جماع در بساتین و مناظر مطبوعند وبرعکس آنها ثمره مقاربت در اطاقهای گل اندود کثیف.
گذشته از مکان جماع معاشرت زن و منظره او در دوره حمل دخالت دارد چه اگر منظره ومعاشرین مطبوع ودلکش باشد ثمره القاح زیبا وخوش صورت میشود و اگر غیر مطبوع و زشت بود کریه المنظر و بد صورت میگردد ولذا در موقع حمل زن میبایستی از معاشرت و مؤانست اشخاص کریه المنظر وبدقیافه احتراز کند ودر مقابل تصاویر و مجسمه های مهیب ننشیند واوقات خودرا درجاهای باصفا وبانزهت صرف نماید

وبدن ولباسش را پاکیزه و نظیف نگاه دارد ودرصورت امکان روزی یك مرتبه استحمام درآب نیم گرم بنماید و صحت مزاج خود راکاملا رعایت کرده حزن واندوه بخود راه ندهد وغذاهای مقوی تناول نماید ومخصوصاً ازمیوه های نارس وخوراکهای دیر هضم وشب مانده وکلیه مأکولاتیکه باعث نفخ شکم وسنگینی معده وعلت اختلال مزاج و یبوست وبی ترتیبی عمل هضم میشود اجتناب کند، درموقع وضع حمل هم پاکیزه بودن محل ومزین بودن آن درخوب صورتی طفل ذیمدخل است و مخصوصاً قابله وپیش نشین باید وجیه و خوشگل باشند. پس ازوضع حمل دردورهٔ رضاع هم باید مراعات این نکات را نمود و درتغذیه طفل دقت کامل کرد دردوره صباوت نیز توجه تامی بحفظ الصحه ونظافت بدن ولباس داشت زیرا غالباً موالید خوش صورت بدنیا میآیند و بعد بواسطه عدم مراعات نکات فوق تغییر صورت وهیکل داده بدترکیب وزشت میشوند و این بزرگترین قصوریست که ازطرف والدین نسبت باولاد میشود زیرا اگر مرد باشد هروقت که بواسطه زشتی خود مورد تنفر زنان مطبوع و مطلوب واقع شود مهموم و از زندگی بیزار میگردد واگر زن باشد بواسطه طرف توجه نبودن مادام العمر محزون وبه طبیعت و والدین خود بدبین خواهد بود ومتأسفانه عقیده باطلی هم دردماغ طبقه عوام راجع بعدم لزوم وجاهت وزیبائی برای پسران رسوخ پیدا کرده مثل آنکه زن محکوم بمحنت ونکبت است وباید باوجودی مکروه وهیکلی منفور دمساز ودمخور باشد.

جنسیت ثمره القاح

در دوره توحش نسل انسان غالباً ذکور میشده و چنانکه تاریخ

حکایت میکنند جامعه‌های بشری ازحیث کمی و قلت جنس اناث در مضیقه و تهاجم بعضی از ملل ببعضی دیگر برای بدست آوردن زنان ودختران بوده و امروزه هم درایلات وصحرا نشینان جنس اناث در اقلیت است برعکس ملل متمدنه و مخصوصاً شهر نشینان که عده نسوان بر رجال فزونی‌دارد و غالب اولاد آنها دختر میشود وسبب آنست که صحرانشینان ودهاتی ها زندگی طبیعی نموده وازعواملی که منتج بضعف وعلت مزاج میشود دور و بر حذرند برخلاف اکثر شهر نشینان که بواسطه افراط درعیش ونوش وشرب مسکرات واستعمال مکیفات و عدم ورزش غالباً اولادشان اناث میشود .

اساساً باید دانست که عقاید متقدمین راجع بجنسیت یعنی پسر شدن ویادختر شدن ثمره القاح امروزه مردود وچنانچه بتحقیق رسیده کثرت و غلبه داشتن ازوت که ماده حیات است بسایر مواد تشکیل دهنده بیضه نتیجه‌القاح را پسر و قلت آن دختر میکنند و چنانکه ثابت شده جنسیت نه در بیضه زن است ونه درنطفه مرد است و چون ذکوریت را روی کثرت ازوت دربیضه و انائیت را روی قلت آن قرار دهیم آنوقت بنتایج ذیل برمیخوریم .

۱ ـ زنیکه شبیه بمرد است و میخواهد کار های مردانه را انجام دهد ودرحرکات خود جرئت وجسارت نشان میدهد پسر میزاید .

۲ ـ زنان سفراوی و عصبانی وزنان لاغر وسبزه و سینه پهن پسر میزایند .

۳ ـ زنیکه غالباً پسر میزائیده دختر او هم پسرزا میشود .

٤ ـ نتیجه مزاوجت زن بیست‌ویکساله الی سی ساله بامرد بیست‌و

پنج الی چهل ساله اولاد ذکور است .

۵ ـ زنیکه درابتداء چاق و سمین بوده و درآنحال دختر میزائیده اگر لاغر شود پسر خواهد زائید.

۶ ـ زنان مستور وخجول وعلاقمند بزینت و آرایش چون جنبه اناثیتشان غلبه دارد اکثر اولادشان دختر میشود .

۷ ـ زنان چاق ولمفاتیك وراحت طلب عموماً دختر میزایند .

۸ ـ زنیکه در ابتداء لاغر بوده وپسر میزائیده اگر چاق شود آنوقت دختر خواهد زائید .

۹ ـ زنان بی بنیه وعلیل المزاج وکم خون دختر میزایند .

۱۰ ـ از ازدواج مرد هیجده ساله الی ۲۴ ساله بازن پانزده الی بیست بیشتر دختر حاصل خواهد شد یعنی اولاد زوجین جوان وکم سن و همینطور اطفال زوجین پیروسالخورده بواسطه قلت ونقصان ماده ازوتیه بدن آنها عموماً اناث میشود و بالاخره میتوان گفت که ذکور شدن اولاد منوط بصحت وقوت مزاج طرفین وزندگانی در هوای آزاد و سکونت در منازل خشك و نظیف و خوردن غذاهای مقوی سریع الهضم و عدم استعمال مکیفات و مهیجات است و از اینرو است که غالباً دهاتیها اولادشان پسر میشود و اگر امروزه در بعضی از قصبات دختر زیاد تر بدنیا میآید علتش فقر ومسکنت و نداشتن غذا وبدل مایتحلل صحیح است ووقتیکه جنسیت را منوط بمقدار ازوت دانیم آنگاه میتوانیم بوسیله خوراکهای ازوت دار و تغییر آب وهوا وزندگانی زنیرا که دختر زاست پسر زا کنیم و لذا خانمهائیکه مایل بداشتن اولاد ذکورند بایستی خوراك خود را منحصر بکباب و تخم مرغ و آب گوشت

تنك آب كرده ورزوزها را ورزش نمایند و در شش ماه گرم سال درصورت امكان بیك مكان ییلاقی و كوهستانی رفته و بگردش و تفرج در باغات و صحاری پرداخته اعمال زنان دهاتی را انجام دهند و پس از مدتی زندگانی باین منوال اگر مقاربتی باآنها شود پس پسر شدن اولاد آنها احتمال‌قوی میبرد وبر عكس زنانیكه مایل بداشتن دخترند بایدبدأ كولات نباتی از قبیل شیر و سرشیر و اسفناج و مربا آلات ومیوه‌جات غذای خود را منحصر نموده وروزی یك مرتبه در آب نیم گرم استحمام كرده خواب و استراحت زیاد نمایند وورزش وحركت كمتر نمایند ولی‌تصور نمیرود در این دوره كسی باشد كه آرزوی اولاد اناث كنند مگر آنكه از رنج ومحن این جنس لطیف بی‌خبر باشد .

ممكن است خواننده این سطور بگوید كه زنان‌شرقی بدبخت‌اند و زنان اروپا در مهد آسایش و رفاه اند ولی اگر دقت كنند می بینند آنها اگر چه از حیث آزادی و احترامی كه در نزد شوهران خود و جامعه دارند از زنان شرقی با سعادت ترند ولی با این حال مسلوب از وظائف طبیعی از قبیل زائیدن و پرورش و تربیت اولاد كه متضمن رنج و محنت بسیار است نمیباشند . كثرت نسوان جامعه های متمدن و شهر نشین دنیارا تهدید میكنند و چون زیادتر از رجال تولید میشوند و تلفاتی بوسیله جنك وعهده‌دار شدن كارهای خطیر نمیدهند بیم آن میرود كه پس از چندی قسمت مهم جمعیت دنیا را زنان تشكیل دهند و مردها دراقلیت كوچكی‌واقع شوند ولذاهرفردی باید برای برهم‌نخوردن تعادل در پیدایش اولاد ذكور سعی و از تولید اناث جلو گیری نماید

بعضی اوقات بیضه زن قابلیت رسانیدن نتیجه القاح را بمرحله

ذکوریت دارد و جنین ذکور میشود ولی بواسطه تغییر زندکانی و بی اعتدالیهائی ماهیت خون تغییر کرده وفاقد عنصرازوت میکردد در آنحال هر چند مولود ذکور است ولی جنبه انائیت دارد . این قبیل مردان مایل بانجام کارهای زنانه و از حیث اخلاق و ساختمان بدن شبیه بآن جنس میباشندو برعکس بسیار میشود که بیضه درموقع تماس بانطفه مردقابل تولید اناث است و ثمره القاح دختر میشود ولی بواسطه عللی ازوت خون زیاد میشود ودرانحال اگرچه مولود دختر است ولی جنبه مردی دارد واین قبیل زنان شبیه بمردان بوده مایل بانجام کارهای مردانه و جسور و بی باك وحراف میشوند ودرصورتیکه بحال افراد جامعه دقیق شویم عدهٔ زیادی ازنسوان را دارای جنبه ذکوریت وعدهٔ زیادی ازمردان را دارای هیکل وجنبهٔ انائیت می یابیم .

عنن مردان وعقم زنان

در ازمنه سالفه باغچه طبیعت محل زیادی برای تکثیر نوع بشر داشته وازاینرو مردان عنین وزنان عقیم بندرت درجامعه ها یافت میشد ومیل مفرطی درمردم بتأهل وتناسل موجود بود ولی امروزه جای زیادی برای تکوین و تولید باقی نمانده و چون در نتیجه سختی امرار معاش مردم بی میل بتوالد وتناسل اند طبیعت هم مردان عنین و زنان عقیم را زیاد کرده است . عنن یعنی قادر نبودن مرد بایفاء وظیفه زوجیت و این مرض دربرخی طبیعی ودائمی و برای عدهٔ عارضی و موقتی است . عنن دائمی آنست که مرد دردوره حیات خود اصلا قادر بمقاربت با زن نشود اینگونه عنن یادراثر نبودن قضیب یاخصیتین یاعدم خزائن منی یا وجود

عیب ونقص دریکی ازاعضاء مزبور است . عنن عارضی آنست که مرد مدتی ازتوالد وتناسل باز ماند باین معنی که احساس شهوت درخود نکنند ودر قضیب انتعاض رخ ندهد برای این گونه عنن باید اول علت را فهمید سپس بمعالجه ورفع آن پرداخت .

کثابت زیاد یااشتغالات دماغی ممکن است تولید عنن کند باین واسطه که خون متوجه مغز شده وازسیربطرف اعضاء تناسلیه منحرف میگردد و علاج آن منوط به آسوده گذاردن دماغ و پرداختن بتفرج وتفریح است . دیر قیام کردن بجماع باعث عنن میشود وعلتش همانست که فوقاً ذکر گردید دراین صورت باید درآب سرد غسل کرد وغذاهای مقوی باه مثل تخم مرغ وماهی وکله پاچه وادویه حاره مثل دارچین وزعفران و زنجبیل و فلفل خورد وسواری وپیاده روی زیاد کردو عضاء تناسلیه را روزی چندمرتبه باآب یخ ویا برف شست ودرآب خردلی که جوشانیده شده باشد شستشو داد ولی خردل باندازهٔ باید درآب ریخت که قابل تحمل باشد .

رفع عنن را بوسیله شستشوی در آب سرد وشلاق زدن باعضاء تناسلیه وقسمت سفلای بدن نیز میشود نمود ولی زدن شلاق باندازهٔ باید باشد که رنج وتعب زیاد احساس نشود واگر مالش اعضاء تناسل یاشلاق زدن بآن بعهده زن جوان و وجیههٔ محول شود بهتر است چه دیدار اوازیکطرف وضربت ومالش ازطرف دیگر باعث توجه خون باعضاء اسافل وانتعاض قضیب میشود و اگر عنن بواسطه شرم وحیا باشد باید تدریجاً آنرارفع نمود واگر از کثرت عشق وشوق ویاحس حرمت طرف باشد باید مدتی ازمعشوقه دوری نمود .

عنن که از پیری زیاد و یا شرب الکل تولید شود غیر قابل علاج

است . استمناع ویاجماع زیاد نیز تولید عنن کند وچاره خود داری ازآن وورزش و تناول غذاهای مقوی است . بسا میشود بیم و هراس ویاطمینان نداشتن بقوا تولید عنن میکند واین مسئله خصوصاً درشب زفاف وایام اولیه تأهل برای تازه دامادان رخ میدهد یعنی اقوام داماد بازاله بکریت اهمیتی میگذارند و آنرا امر مشکلی وانمود میکنند واز آنطرف جمع شدن زنان باطراف حجله درشب زفاف که یکی اززشت ترین عاداتی است که دراین مملکت مرسوم است وبایستی متروك شود تولید خجلت وشرم وحیاء درداماد ویأس ازقوه خود وانجام مقصود کرده واین حال برای چندین روز ویاماه ادامه یافته مرد جوان و قوی را از ایفاء وظیفه زوجیت باز میدارد واین مسئله باعث آن میشود که اقوام طرفین تصور کنند که داماد را بسته اند درصورتیکه علت بستگی داماد حرکات زشت آنها است .

عقم درزنان نیز مثل عنن درمردان بردوقسم است یعنی عقم موقتی وعقم دائمی . عقم دائمی آنست که زنی از ابتداء عمر خود حامله نشده باشد و اگر قصور ازطرف شوهر نباشد علت نقصان یاعدم یکی از اعضاء تناسلیه است مثل مسدود شدن مهبل یازیاده از حد تنك بودن آن یا مسدود شدن دهانه رحم یا معبر بیضه یاعدم تخمدان و یارحم که باید بقابله یاطبیب حاذقی مراجعه و استعلاج نمود . عقم موقتی عقمی است که عارض شده باشد یعنی زنیکه میزائیده دیگر نزاید . زنان بسیار فربه ممکن است درنتیجه تشکیل پرده های شحمیه دراعضاء تناسلیه عقیم شوند دراین صورت علاج منحصر کردن غذا بشیر است در مدت دو ماه تانحیف شده وقاعدهٔ آنها منظم گردد . زنانیکه درابتداء نحیف ولاغر

بوده میزائیده اند و بعد چاق وفربه شده عقیم شده اند بواسطه علت فوق الذکر است . در صورتیکه عقیم ماندن بواسطه بی‌میلی بجماع ومتأثر نشدن ازآن ویابواسطه عطالت اعضاء تناسلیه باشد میبایستی غذای‌مقوی تناول کرد ودرفصل گرما درآب دریا ویا درآب جاری غسل نمود و مهبل را با آب سرد شستشو داد . بسیار میشود که هیچ عیب و نقصی در اعضاء تناسلیه زنان موجود نیست ولی بواسطه لعاب ترش ویاشوری که‌درمهبل آنها تولید میشود ذرات‌حیاتی منی مرده وحمل و آبستنی صورت نمیگیرد . علاج آنست که در روز بند آمدن حیض داخل مهبل را با آب گرم‌بوسیله آب دزدك یا اریکاتری شستشو دهند و بلا فاصله بمقاربت پردازند که قبل از تولید لعاب شور و ترش مزبور ذرات حیاتی منی به بیضه رسیده القاح واقع شود .

حمل یا آبستنی زنان

نتیجه مقاربت مرد و زن وصول منی برحم میشود . در رحم فقط نطفه داخل معبر بیضه شده‌وقسمت مایعی منی برگشته ازراه مهبل‌خارج میشود درمعبربیضه ذرات حیاتی‌منی چندروز منتظر آمدن بیضه میشوند واگر بیضه نرسید انگاه مرده ودفع میشوند . حایض شدن زن دلالت بر خروج بیضه ازتخمدان میکند ودرمدت پنج شش روز بیضه معبر بین تخمدان و رحم را طی کرده برحم میرسد لذا اگر دریکی دوروز قبل از حیض بازن مقاربت شود آبستن شدن او بسیار محتمل است زیرا اجزاء حیاتي منی داخل معبر بیضه شده ودرآنجا بیضه را در حال عبور تماس کرده باآن ملحق میشود وآن بیضه تلقیح شده درمدت سه چهار روزوارد

رحم شده وبدیوار رحم چسبیده ودرآن حال زن آبستن شده دهانه رحم
بسته میشود واگر دوبیضه تلقیح شود آنوقت نتیجهٔ اطفال توأم است
ولی درهیچ حال بیش از دوبیضه تلقیح نمیشود واگر زنانی دیده شده اند
که سه الی چهار بچه دریك حال زائیده اند نتیجه منقسم شدن بیضه آنها
است ولی بطورعموم درهرماه زن فقط یك بیضه تولید میکند . در موقعیکه
بیضه برحم رسیده نیز اگر مقاربتی واقع شود حامله شدن زن ممکن
است ولی چون بیضهٔ که در رحم تلقیح شود نمیتواند خود را نگاهداری
نماید بطورعموم ساقط ودفع میشود . بهترین مواقع برای حامله شدن زنان
قبل ازحیض ودرحین حیض وروز آخر حیض است و آنهم در صورتیکه
مدت حیض بیش از سه روز نباشد ولی باید دانست که مقاربت در حیض
مکروه و اولاد صحیح المزاج نیکو روی از آن نمیتوان توقع داشت
علیهذا در آنحال احتراز از مقاربت اولی است . بیضه تلقیح شده در
حین عبور ازمعبر دچار تغییرات میشود ووقتیکه برحم میرسد شش مقابل حجم
اولیه خودرا پیدا میکند و در رحم ازخون حیض رشد نموده اشکال
مختلفه بخود میگیرد یعنی اول گرد بعد بیضی وسپس قایق شکل و آنگاه
اول سر وبعد سایر اعضاء جنین نمودار وظاهر میشود .

در حمل بهیچوجه اراده طرفین مدخلیت ندارد زیرا در حال
بیهوشی وحمله و مستی وخواب ممکن است بازنی نزدیکی نمود و حامله
شود همچنین دخول کامل قضیب هم شرط حمل نیست چه اگر ازالبین
دولب کوچك فرج نیز بشود آبستن شدن زن ممکن است زیرا دیده شده
اند دختران باکرهٔ که باین ترتیب آبستن شده اند .

در حقیقت ونفس الامر اولاد متعلق بزن است زیرا پیدایش وپرورش

جنین از بیضه زن و خون وشیر اواست و اولاد هم از حیث اخلاق ساختمان بدن ودماغ بیشتر شبیه بمادر خود میشود ومرد در تولید باعث است ونه مایه وحال کبریت را دراشتعال فتیله دارد و مردها حقیقتاً نسل زن را تکثیر میکنند زیرا بقول علماء نشو و ارتقاء حیات اولیه بشکل بیضه ماده بوده وچون تئولژی موسی (ع) را اساس پیدایش حیات قرار دهیم آنوقت هم این نظریه تایید میشود زیرا درآنحال هم ماتتابع بیضهٔ حوا میشویم وعلت انتساب وتعلق اولاد بپدر درنوع بشر همانا عجزی است که جنس اناث درتهیه وتحصیل معاش اولاد داشته است .

جلوگیری از حمل

هرفردی در این عالم موظف است که اولاد خودرا موافق مقتضیات زمان تربیت نماید وچون در تمدن وشهر نشینی مسائل حیاتی غامض ومهم وشخص محتاج بتعلیم وتربیت صحیح است تاقابل تزاحم بقاء وزیست شود علیهذا هرخانواده باید باندازهٔ بتکثیر نوع بپردازد که بتواند بتربیت آنها قیام ومبادرت نماید و مقصود ازنشر این رساله هم این نیست که اشخاص اولاد چندی بدون در نظر گرفتن تربیت آنها تولید کنند که بالاخره سربار جامعه شوند ویادرمعرکه زندکانی زیر دست ویا خورد وپایمال گردند لذا احسن آنست که عده اولاد محدود بدوسه نفر وضمناً تمام مساعی لازمه درتربیت وتعلیم آنها مبذول شود وچون ازجماع اولاد پیدا میشود وخود داری از آنهم برای زوجین جوان ممکن نیست لذا مقتضی است برای جلوگیری از حمل اولا در ایام موافق برای القاح که سه روز قبل ازحیض وسه روز بعد از آنست از مقاربت احتراز کنند

ودرصورتیکه حساب صحیحی از ایام حیض دردست نباشد باید ادویهٔ که برای این منظور تعیین شده استعمال نمایند. دردواخانه ها قرصهائی موسوم به سمری موجود است که پنج دقیقه قبل از هر مقاربتی یکی از آنهارازن داخل درمهبل خود میکند وخاصیتی‌را داراست که‌ذرات‌حیاتی منی را کشته و مانع از القاح میشود. همچنین ممکن است بوسیله شستشوی مهبل بامحلول سوبلیمه و با اسید آستیك جلوگیری از انعقاد نطفه نمود وبدیهی است این شستشو باید بوسیله اریگاتری بعمل آید. انزال خارج ازفرج که بعضی ها برای ممانعت ازحمل متوسل‌بآن میشوند مستحسن نیست زیرا طرفین را از یکدیگر متنفر و منزجر میکند. هم چنین استعمال کاپوت را هم نمیتوان توصیه نمود چه گذشته ازاینکه درحین‌عمل ممکن است‌پاره شود مقاربت‌را برای مرد بی نشاط کرده و باعث افسردگی خاطراو میشود. طلا یه کردن قره‌قوروت به قضیب و استعمال سایر مواد ترش وشور نیز جلوگیری ازانعقاد نطفه مینماید ولی‌استعمال آنها جایز نیست زیرا ممکن است مهبل را مجروح نماید.

حیض یاطمث

تمام حیوانات پستاندار حائض میشوند منتهی درموقع معینی‌ازسال ودرآن حال اعضاء تناسلیه متورم شده وخون خالص یامخلوط بااخلاط رحمی از راه مهبل آنها دفع میشود. این حالت را درحیوانات اهلی فحل یاطلب میگویندو فقط درآن وقت است که‌اگر نر را روی ماده بکشند آبستن میشود. حائض شدن انسان درهرماه درنتیجه سیر تکامل است و خون حیض خون اضافی است که برای تکثیر نوع و پرورش جنین است. در

مردهم این خون زیادی تولید میشود منتهی بشکل منی و بوسیله جماع دفع میشود ولی در زن بطور طبیعی خارج میگردد واگر دفع این خون مثل منی مرد محتاج بمقاربت بود آنگاه میتوان گفت که عالم ما صورتی دیگر بخود گرفته جنس اناث از ذکور تعقیب مینمود .

مدت حیض ازسه الی نه روزاست و بتفاوت بنیه و طبایع وآب وهوا از چهل الی صدوبیست مثقال خون اززن دفع میشود . درموقع حیض بعضی از زنان گرفتار دردسر و بی خوابی و رنگ پریدگی یا گل انداختن صورت میشوند وبعضی زیر شکمشان دردسختی گرفته تب میکنند ولی زنان سالم هیچگاه تب نکرده فقط سنگینی و امتلاء در زیر شکم و خستگی در خود احساس میکنند . درموقع حیض زنان باید استراحت زیاد کرده ازکارهائی که متضمن حرکت وتکان اعضاء اسافل باشد پرهیز کنند و خودرا از سرما محفوظ دارند واعضاء اسافل‌را با آب گرم وصابون شسته کهنه های بینمازی را زود بزود عوض نمایند و برای لته حیض پارچه های سفید ونرم ابتیاع نمایند .

درایام قاعده‌زنان باید ازتوقف دراماکن مرطوب‌وسرداحتراز کرده وکهنه های تراستعمال ننمایند . یبوست برای زنان حایض مضر است لذا هرزنیکه در این موقع مبتلا به یبوست میشود باید ملینی قبل ازحیض میل کنند .

در سن پنجاه غالب زنان یائسه میشوند یعنی قاعده گی آنها بند میاید ولی بعضی اززنان درسن سی وپنج وچهل یائسه شده و برعکس برخی درسن شصت وهفتاد هم قاعده میشوند وبعضیها در صورتیکه چند سال پیش یائسه شده اند آبستن میشوند مثل آنکه بعضی از دخترهاباآنکه

هنوز قاعده نشده اند آبستن میشوند. بند آمدن قاعده در زنان سالم و قوی البنیه بتدریج صورت میگیرد یعنی ترشحات هردفعهٔ حیض کمتر از دفعه قبل شده وفواصل قاعده ها طولانی تر میشود ولی زنانیکه در دوره حیض گرفتار اختلالات آن بوده اندمبتلابه دوار وسرگیجه و سوء هضم وصدا کردن گوش وگل انداختن وعرق کردن صورت وگاهی بطپش قلب گرفتارمیشوند. درسن یأس خانم‌ها، میبایستی ازخوردن گوشت زیادخود داری کرده وبرعکس میوه بیشتر میل نمایند و خورا کهائی تناول نمایند که ممد عمل کردن مزاج شود. راه‌رفتن وگردش درهوای آزادواستحمام یکروز درمیان درآب نیم گرم و شستشوی مهبل با آب نمك خفیف وگرم مفید است.

آثار ومدت حمل

درماه اول حمل پستانها شروع ببزرگ شدن کرده درد میگیرد وبرچهره آثار ناتوانی وضعف ظاهر وزیرچشم ها کبود وآشوب دل وحال قی عارض شده آب در دهان جمع میشود.

درماه دوم حیض قطع واستفراغ صفراوی داده وحامله تنفر ازبعضی غذاها و علاقه ببعضی دیگر پیدا میکند که آن را ویار مینامند و در بعضی از زنان ضعیف البنیه اختلال عقل وشعور هم بظهور میرسد. درماه سیم حجم رحم زیاد ودرماه چهارم پستانها بزرك و سرآن سیاه رنك میشود ودرماه پنجم حرکات جنین وزدن قلب اونیز محسوس میگردد.

حد اقل مدتی که جنین در رحم نشو و نما میکند ازتاریخ انعقاد نطفه هفت ماه وحد اکثر آن ده ماه است. بطور عموم مدت حمل نه ماه

وده روز است و اگر پس از هفت ماه طفلی متولد شود ممکن است زنده بماند ولی قبل از این مدت بهیچوجه باقی نخواهد ماند پس اگر طفلی متولد شود و مدت حمل اوشش ماه بنظر برسد بدیهی است درتاریخ انعقاد نطفه اشتباه شده وچون منتهای مدت حمل هم ده ماه است اگر زنی بعداز یازده ماه ازمفارقت شوهرش وضع حمل نماید بموجب این قانون متعلق بفراش نخواهد بود.

حفظ الصحه در دوره حمل

زن همینقدر که آثار حمل درخود دید باید کاملا مراقب اعمال خود بوده وازحرکات عنیف و برداشتن وبردن اشیاء سنگین خود داری نماید. ازحزن واندوه وحل مسائل مشکله وفکر زیاد بپرهیزد وازمشاغل پرزحمت وپیمودن راه دور واستحمام درآب خیلی گرم وباخیلی سرد اجتناب نماید ودواهای سمی استعمال نکرده ومسهل های قوی نخورد. وظیفه زوج هم آنست که کاملا رضایت خاطر عیال خودرا تحصیل واورا مشعوف وبشاش نگاهداشته واز اظهار مطالبی که مکروه طبع اواست خود داری کند. این طرز رفتار نه فقط در دوره حمل بلکه درتمام مدت تأهل باید ملحوظ شود زیرا قسمتی از فساد اخلاق نسوان مملکت ما بواسطه سوء سلوك شوهر انشان است وبیشتر از همه چیز نزاع خانوادگی رشته زندگانی مارا گسیخته ودوره آنرا تلخ وناگوار کرده است معنی کلمه فامیل دراروپا یعنی زن وشوهر و محبت ودر ایران یعنی زن وشوهر ونزاع خانوادگی. زن دارای احساسات رقیقه و فطرتاً مایل است محبوب و ممدوح باشد وچون طرف بی اعتنائی صورتاً یاسیرتاً مورد مذمت وسرزنش واقع شد سخت

متأثر و محزون میشود بنا براین وظیفه هرمرد متأهلی است که رفتارخود را در خانه طوری قرار دهد که عیال او مشعوف و مجذوب باشد وخانم ها هم باید بدانند که تشبث بطلسم و جادو ور مالها برای سفید بختی گذشته از اینکه اثری ندارد ایجاد کردن سوء ظن و بدگمانی در شوهر وتبذیر مال ونشر خرافات و موهومات در جامعه است زیرا دنیای ما کاملا مادی است و سفید بختی خانمها هم منوط به کمال و حسن خلق و وفا داری آنهاست .

رفتن زنان در دوره حمل بمجالس روضه و تعزیه وختم جایزنیست زیرا تأثرات وارده بآنها بحال جنین مضر بوده و حزن را در سرشت او مخمر مینماید همچنین حضور در مجالس عروسی و جشن وسرورهم که متضمن بیخوابی و خستگی زیاد باشد برای آنها شایسته نمیباشد. خلاصه آنکه زنان حامله بایستی تمام نکات صحی را مراعات نموده و مخصوصاً از خمر بپرهیزند زیرا الکل مضر بحال والده و مولود بوده و ثمره القاح را کودن ودیر انتقال میکنند و چون تبهای ولادتی دراثر عدم نظافت اعضاء اناثیه است لذا باید در دوره حمل مراعات پاکیزگی را نمود یعنی اعضاء اسافل را هرروز با آب گرم و صابون شست وبرای جمع نشدن میکرب موی آنرا سترد

وضع حمل

چهارده شب قبل از وضع حمل تنفس حامله آسانتر ولی عمل هضم مختل و درد شکم عارض میشود تا وقتیکه این درد در هر ربع ساعت یکمرتبه بروز کرده و ساکت میشود ودلالت بر نزدیك شدن وضع حمل

میکنند وآنوقت است که باید قابله را احضار نمود

اطاق زائو باید پاکیزه ونظیف باشد وبایستی یك تخت خواب باریك باتوشك ملافه دار که روی آن یك پتو وروی پتو یك تخته مشمع کشیده شده باشد در آن قرار داد که پس از وضع حمل مشمع را برداشته وتخت خواب برای استراحت زائو حاضر باشد . در اطاق مزبور باید یك بادبیزن ویك آبدزدك ویك میز باچند ذرع کتان وقدری وازلین و گلسیرین وپنبه وچند عدد سوزن وسنجاق واشیائیکه برای بریدن بند ناف و شستن طفل وملبوس نمودن او لازم است آماده کرد وچون صحت وسلامت والده ومولود بسته بنظافت دستهای اشخاصی است که ببدن آنها دراین موقع تماس میکنند لذا باید آب گرم وصابون برای تنظیف دستهای قابله و سایرین آماده نمود . زائو باید در لباس خواب بوده وبرای حفظ بدن از سرما یك نیمتنه ماهوت درزیر پیراهن بپوشد وجوراب ساقه بلند بپا کرده کفش سرپائی باشد . در موقع حمل دو نفر خدمتکار باید حاضر باشند که یکی از آنها در اطاق ودیگری در خارج بایستد . زائو باید ده روز در رختخواب بخوابد ودر این مدت میبایستی مواظب حال او باشند وهرشب درجه حرارت بدنرا تعیین نمایند ودر صورتیکه بصددرجه فرنهایت برسد احضار طبیبی لازم میشود . درشب دوم وضع حمل ملینی برای زائو لازم است . خوراك اوتا موقعیکه مزاج عمل کنند باید رقیق ازقبیل آش وآبگوشت باشد . شیر تاروز سوم بخوبی جاری نمیشود و درصورتیکه طفل قادر بمکیدن و تخلیه پستانها نباشد بوسیله تلمبه پستانی باید آنها را خالی نمود و الا تولید ورم پستان مینماید ودر صورتیکه طفل مرده بدنیا آید مرهم بلادنا Bladona Plaster باید روی پستانها طلایه نمود بطوریکه سرپستانها ازآن

بیرون باشد ودر اینحال غذای زائو باید خشك و کم آب و مختصر بوده وبك خوراك ایسم سالت Epsom salt میل نماید. خطر زائو تب ولادتی است که در شب سوم یادهم عارض میشود وعلائم آن لرز وتب شدید وخشك شدن شیر وبعضی اوقات دیوانگی وجنون است مخصوصاً اگر در شب سوم این علائم ظاهر شود خطرناك وممکن است بفوت منجر شود لذا مراجعه فوری بطبیب لازم است همچنین پس ازوضع حمل ممکن است جنون عارض زائو شود که دراینحال مشارالیها وحشی وبیقرار شده ومحتمل است بخود یاطفل خود صدمه بزند لذا باید مراقبت تام از او نمود

در اولین شستشو بدن طفل را با وازلین باید تدهین وبعد طشتکی از آب گرم حاضر کرده مولودرا بادست چپ در آن نگاهداشت و کف صابون را روی يك تیکه ماهوت ریخت و بادست راست بتن طفل مالید و بعد باتیکه اسفنجی ازسر طفل شروع بشستشو و بدن اورا خشك کرده گرد بنفشه Violet powder بقسمتهائیکه احتمال زخم وناسور شدن میرود پاشید و اورا ملبس نمود این شستشو از شب اول ببعد بایدهرشب تکرار شود منتهی درشبهای بعدچرب کردن تن طفل باوازلین لزومی ندارد . شستشوی یومیه باعث خواب راحت وصحت ورشد طفل است ومتاسفانه درایران بملاحظه آنکه مبادا طفل سرما بخورد معمول نمیدانند درصورتیکه اگر اطاق گرم باشد وطفل معتاد بان شود سرما نمیخورد . پس از ولادت بایدمقعد را معاینه نمود زیرا در بعضی از اطفال این مجری بسته بوده ودرصورت مسدود بودن مراجعه فوری بجراح لازم است .

به بند ناف باید گردی که مرکب ازده مثقال نشاسته يك مثقال و نیم پودر بوریك Boric Powder ويك مثقال آکسیددزنك باشد پاشید

وبعد در یك تیکه ململ پیچیده وبنحویکه سرآن بطرف سر طفل واقع شود بایك تیکه ماهوت روی شکم مولود بست . این عمل بعد ازهرشستشوی لازم الاجراست تا آنکه بند ناف ساقط شود و افتادن آن از پنجمین روز ولادت الی چهاردهمین روز میباشد ودر صورتیکه ازبند ناف جریان خون مشاهده شود مجدداً باید آنرا بست و این گره باید نزدیکتر ببدن طفل از گره اولی باشد وپس ازآنکه بند ناف افتاد اگر در جای آن آثار جراحت مشاهده شود باید مرهم آکسید دزنك Zinc ointment را روی تیکه کتانی طلایه نموده روی ناف گذارده آن را بست وملبوس وکلیه پارچه هائیکه برای پوشانیدن و پیچیدن طفل استعمال میشود میبایستی در آب جوش شسته شوند و بهتر آنکه شستن آن در خانه انجام گیرد زیرا بعضی رخت شوی ها البسه را باقلیا میشویند و معلوم است در آنحال بدن طفل را مجروح مینماید .

شکم وپاهای طفل را باید کاملا پوشانید ولی سر او پوشش خفیفی لازم دارد .

دوره رضاع و بعد آن

پستان دارای غده هائیست شبیه بخوشه انگور که تماماً بیکدیگر بوسیله مجاری مربوط وبالاخره تمام آنها بتوسط چند مجری بسر پستان که آنرا حلمه نیز مینامند متصل میشوند . درغده‌های پستان شیر تولید شده و بوسیله مجاری مذکوره درفوق بسر پستان جاری وازسوراخهای آن خارج میشود . شیر عبارت است از آب وآلبومین وقند و روغن و املاح و از اینقرار مواد پنجگانهٔ که برای تغذیه لازم است دارا میباشد ولی باا ینحال بتنهائی برای شخص سالم وکارکن غذا نبوده ودرمعده برخی نیز هضم نمیشود

وچند نفر ازمعاریف مثل کاندی هندی عقیده دارند که شخص بالغ نباید شیر بخورد وآن غذای طبیعی برای اطفال است و در حقیقت کسانی هم که بعلت سوء هضم خوراك خود را منحصر بآن میکنند معده خودرا از کار انداخته وخراب مینمایند ولی درحال کسالت و ناخوشی ممکن است خوراکرابان انحصار داد . شیر طوری ترکیب شده که موافق معده اطفال است وتاهشت ماهگی خوراك طفل باید منحصر بآن باشد . چربی شیر بشکل ذرات کوچکی است واملاح آن دارای تمام موادیست که برای تشکیل قسمت حجری استخوان لازم است و چون آهك آن بیشتر از آب آهك معمولی است علیهذا مخلوط کردن آن بشیر برای ترضیع اطفال لزومی ندارد . شیر انسان سریع الهضم ترین شیر ها است وشیر الاغ نیز دارای همان کیفیات است لذا صحت و سلامت دماغ وبدن منوط بشیر دادن ازپستان است ودرصورتیکه مادر طفل بواسطه ابتلاء بسل یاناخوشی دیگر نتواند بشیر دادن طفل خود قیام کند گرفتن دایهٔ بهتر ازشیر گاو خواهد بود . انتخاب دایه باید بطبیبی واگذار شود زیرا زنی که جهة دایگی قبول میشود می بایستی سالم وصحیح المزاج وپستانهای او قابل رضاع باشد . بچهٔ خود دایه باید سالم وسن او زیاد تر ازطفلی باشد که شیر دادن اورا عهده دارشده است . دایه باید سحرخیز بوده وهرروز چندساعت گردش نموده قسمتی از کارهای خانه را انجام دهد وخوراك او میبایستی سریع-الهضم وفراوان باشد وشیر زیادبنوشد و معتاد بافیون وشرب وغیره نباشد . عمل هضم دایه باید مرتب بوده و مسهل های قوی ننوشد چه مؤثر در شیر میشود وباید همیشه اورا بشاش وخوشحال نگاهداشت زیرا اوقات تلخی و خشم شیر او را فاسد و خراب مینماید . مادرانیکه دارای شیر

هستند واستطاعت گرفتن دایه برای اطفال خود دارندو باز آنهارا شیر گاو و الاغ وغیره میدهند راه خطا میروند وبدست خود صحت و سلامت اطفال خویش را خراب میکنند. بعد از آنکه سه ساعت از ولادت طفل گذشت باید پستان را بدهان او گذارد و روزی دوسه مرتبه باوشیر داد تا آنکه شیر کاملا جاری شود واز آنوقت ببعد هردوسه ساعت یکمرتبه باید برضاع قیام نمود تا ماه هشتم که دندان های او بیرون میاید وآنگاه باید اورا از شیر گرفت و این عمل میبایستی در عرض یکماه انجام گیرد یعنی در عرض این مدت باید گاهی باو شیر داد و گاهی خوراك رقیق واین نکته را باید در نظر داشت که در موقع خیلی گرم سال طفل‌را از شیر نباید گرفت چه باعث اسهال میشود ونیز باید درآن هنگام طفل صحت کامل داشته باشد . ترتیب شیر دادن باطفال در دوره رضاع بقرار ذیل است :

در هفته اول ولادت هردو ساعت یکمرتبه یعنی شش مرتبه درروز وچهار مرتبه در شب و مقدار شیر در هر دفعه باندازهٔ دو قاشق آش خوری. از هفته دوم تا ماه دوم هر دوساعت یکمرتبه شش مرتبه درروز ودومرتبه در شب و مقدار شیر درهردفعه سه‌الی چهار قاشق‌آش‌خوری. ازماه‌دوم‌تاماه چهارم هردو یاسه‌ساعت‌یکمرتبه‌چهارمرتبه‌درروزودومرتبه در شب ومقدار شیر درهر دفعه شش الی هشت قاشق آش خوری . در ماه ششم هر سه ساعت یکمرتبه چهار مرتبهٔ در روز و دو مرتبه در شب ومقدار شیر در هر دفعه دوازده قاشق آش خوری و در صورتیکه طفل پستانك را درست نمکد ممکن است سوراخ های سر آن تنك و شیر از آن‌جریان نکنند ویا سقف دهان‌طفل مجروح شده باشد ویا آنکه

مبتلا بمرض برفك یادر نتیجه سائیده شدن پوست دهان باشد که بایدقبلا علت را تفحص نمود و بعد در صدد رفع آن برآمد و از چیز هائیکه مراعاتش خیلی واجب است ندادن شیر ترش شده بطفل است و همیشه باید مراعات نظافت را دردوره رضاع نمود زیرا عدم رعایت نظافت باعث کسالت وناخوشی طفل است

مادر انیکه شیر آنها خوب نیست ویا کافی نمیباشد و استطاعت گرفتن دایه را نیز ندارند باید باشیر گاو که دو مقابل آب ویایك مقابل آب جوبان مخلوطشده باشد طفل خودرا غذادهند. برای تحصیل آب جو دو قاشق بزرك آش خوری جو سفید پوست کنده را باید در یك چارك آب ریخت ودر ظرف لعابی مدت بیست دقیقه آنرا جوشانیده و بعد صاف نمود ودر صورتیکه شیر الاغ دهند اضافه کردن آب جو بآن لزومی‌ندارد ودرهر صورت بشیر گاو و الاغ نباید قناعت نمود بلکه از پستان نیزباید شیر داد و پس از هر دفعه شیر دادن پاك کردن دهان طفل و نوك پستان واجب است . شیر گاو یاالاغ باید کاملا جوشانیده شده و موقعی که بطفل میدهند نیم گرم یعنی حرارت خون بدن را داشته باشد که بزودی در معده طفل هضم شود . درصورتیکه‌شیر گاو ویا الاغ در دسترس نباشد ممکن است باشیرهائی که در قوطی از فرنك وارد می شود طفل‌را غذا داد ودراین صورت باید شش مقابل آب بآن مخلوط نمایند . پستانکی که برای شیر دادن استعمال میشود میبایستی قایق شکل باشدودر صورتیکه سرآن لاستیکی نباشد بهتر است وباید سوراخی برای دخول هوا برای شیری که خارج میشود در بالا داشته باشد تاطفل باسانی بتواند پستانك‌را بمکد وخسته نشود وهردفعه باید آنرا در آب جوش شسته وبعد استعمال

نمایند . از چیزهائیکه در موقع رضاع باید در نظر گرفت یکی این است که پستانك خالی را نباید بگذارند طفل بمکد زیرا هوای توی پستانك داخل معده شده تولید سوء هضم میکند و در موقعی که طفل در خواب است نباید برضاع پرداخت و هرگاه طفل گریه میکند برای اسکات او نباید پستان بدهان او گذارد بلکه در اینگونه موارد کمی آب بایستی باو نوشانید زیرا غالباً گریه اطفال بواسطه تشنگی است . مادران باید بدانند چنانکه معمول و متداول است در ایام اولیه ولادت نباید عوض شیر کره وبارهنك بطفل بخورانند . در ایران مرسوم است که شیر ایام اول ولادت را دور ریخته ودرعوض کره وبارهنك بطفل میدهند در صورتیکه غذای طفل آنست که مادر طبیعت تهیه کرده است

بعضی از مادران بخیال خودشان برای محکم شدن استخوانهای طفل آب آهك باو میدهند واین تصور باطل است ولزومی ندارد مگر در مواردیکه طفل مبتلا باسهال شود و در صورتیکه تولید اسهال بواسطه تغذیه طفل باپستانك وشیر حیوانات شده باشد در مدتی که طفل مبتلا باسهال است باید سفیدهٔ دو تخم مرغ را دریك چارك آب محلول نموده باو بنوشانند ودرصورتیکه طفل شیر را پی‌درپی استفراغ کند دلیل برخوب نبودن یازیاد نوشانیدن آن بطفل است

درماه ششم وهفتم میشود قدری خوراك نشاسته دار بطفل خورانید ودرماه دهم سیب زمینی هم میتوان باو داد ودر ماه هیجدهم دندانهای او قابل جویدن گوشت نیز میشود . آروروت Arrowroot مرکب از نشاسته خالص است لذا تا طفل ششماهه نشود نباید با آن طفل را تغذیه نمود . برای تهیه اروروت باید یك قاشق چای خوری بزرك آنرا با کمی

شیر خمیر نموده و بعد آنرا در پنج سیر شیری که در حال جوشیدن باشد بریزند و پنج دقیقه آنرا بهم بزنند .

در آمدن دندان عموماً بادرد و کسالت توام است و در آنحال برای اسکات طفل باید یك تیکه لاستیك بدهان او گذارد که بجویدن آن مشغول باشد یا آنکه در عوض لاستیك شست اورا بدهانش گذارد . گرد هائیکه در دواخانه ها موجود است و در موقع دندان در آوردن اطفال استعمال میشود تجویز نشده‌اند زیرا غالباً دارای ادویه مضره هستند . سه چهار روز پس از ولادت طفل را باید بیرون برد وروزی دو سه مرتبه قنداق او را باز کرد وروی توشکی خوابانید تاآزادانه دست و پای خود را حرکت دهد عمل کردن مزاج اطفال قابل توجه است مدفوعات آنها روزهای اول سبز زیتونی رنك میباشد وبعد از چندی برنك نارنجی روشن بر میگردد ودر این ایام اگر سبز رنك گردد ویا رگهای خون در آن مشاهده شود دلیل بر خرابی معده و سوء هضم است

پس از سن دوسالگی خوراك طفل باید همان باشد که والدین او میخورند . شیروآب زیاد باید دراین سن بطفل داد و از غذاهائی که ادویه زیاد دارد آنهارا بازداشت . نان تازه و پنیر برای اطفال مضر میباشد . شوکولات که مرکب از کاکائو وشیر وشکر است برای تغذیه اطفال بسیار مفید است . لباس زیرین بایستی چلوار وروی آن فلانل باشد وباتمام لباس باید آنهارا خوابانید . سینه وساقهای پاودستهای طفل را میبایستی گرم نگاه داشت وچون اطفال بالاپوش خودرا در خواب پس میزنند لذا لباس آنها باید باندازهٔ باشد که ازسرما محفوظ مانند . اطفال را باید در اول شب خوابانید و بالاپوش آنها باید سبك باشد و پنجره فوقانی اطاق خواب آنها را میبایستی

باز گذارد ودرصورتی که براحتی بخواب نروند دلیل برسوء هضم و خرابی معده آن ها است و اگر از دهان تنفس نمایند یا درخواب خرخر کنند علامت انسداد بینی است که در آن صورت باید به طبیبی مراجعه نمود . اطفال شیر خوار وخوردسال از ٢٤ ساعت شبانه روز باید بیست ساعت آنرا درخواب باشند ودرصورتیکه قبل ازظهر بخوابند رشد آنها را تسریع میکنند . زیر سر اطفال باید کوتاه باشد لذا گذاردن بالش اکابر زیر سر آنها باعث ناراحت بودن وبطوء عمل جهاز تنفس آنها میشود - تکان دادن اطفال برای خواب کردن آنها لزومی ندارد و جز آنکه تولید عادت بدی در آنها بکنند نتیجه دیگری برآن مترتب نیست . اطفال را باید همراه خود به گردش برد و وسایل تفریح دماغ آنها را فراهم نمود و اسباب بازی که جهة آنها خریداری میشود نباید رنك کرده باشد زیرا آنهارا داخل دهان خود می کنند وبهترین اسباب بازی برای آنها توپهای لاستیکی است .

تاموقعیکه استخوان های طفل محکم نشده نباید اورا وادار بایستادن کرد ودرابتداء باید زیر بغلش را گرفت وراه برد که تمام وزن بدن تحمیل بپا واستخوان های نرم او نشود ونیز در موقع بلند کردن نباید بازوی آنها را چسبید بلکه باید زیر بغلشان را گرفت وآنهارا نباید بوسید .

درایران درمقابل بهانه گیری وگریه اطفال را به لولو تهدید کرده میترسانندواین مسئله باعث میشود که اینگونه اطفال درکبرسن هم این هیاکل موهومه کهمادران جهة آنها تعریفنموده درجاهای تاریك بنظرشان رسیده وخوف وخشیت درآنها پیدا شود وبهیچوجه نباید بجن و پری و دیو وغیره آنها را تهدید کرد . ترسانیدن یکی از عادات بدی است که

جزو تفریح ومزاح شده . این حرکت درباره همه کس خصوصاً اشخاص عصبانی وضعیف القلب مضر بوده وباید متروك شود همچنین مرسوم است بااطفال بلحن غیر معمول وغلط صحبت میدارند واین گونه تکلم مرکوز ذهن طفل شده و باعث عادت آنها بالفاظ غلط میشود و آنوقت باید مدتی وقت صرف کرد تا این الفاظ غلط را تصحیح نمود لذا بوالدین توصیه میشود که بااطفال خودشان بطور مربوط و صحیح صحبت نمایند وبسئوالاتی که آنها میکنند جواب صریح وکافی دهند ودرهیچ موردذهن آنها را کورنکرده وبفهم خواص طبایع واشیاء محیط آشنا کنند منتهی در مورد سوالاتی که جواب آنها مطابق فهم وادراك آنها نباشد و یا موضوع خارج از نزاکت باشد باید بدفع الوقت گذرانید و یاجواب مختصر داد یکی ازعادات بد بردن اطفال بمجالس ختم و سوگواری است که هریك تاثیرات بدی در وجود طفل کرده اورا معتاد بمهموم ومحزون بودن میکنند . همچنین اغلب مادران برای راحت خود طفل را ازبازی وحرکت منع نموده وبساکت نشینی ترغیب می نمایندواین اشخاص نمیدانند که بدن طفل محتاج بورزش است ودرهمان حال بازی وحرکت است که رشد نموده و اعضایش محکم وقوی میشود لذا باید اطفال را همیشه ببازی تشویق نمود منتها باید مواظبت کرد تا حرکاتی که متضمن نقص و عیب یکی از اعضاء وجوارح باشد ننمایند .

تربیت خانوادگی

بزرگترین وسیله ترقی ملتی تربیت خانوادگی است . مللی که از تربیت خانوادگی محرومند همیشه در حضیض ذلت بوده و رجال آنان

بقدر اطفال مللی که ترتیب خانوادگی در آنها معمول است وجودشان بثمر ثمر و فائده نیست . طفل با آنچه در خانه آموخته داخل زندگانی میشود وباعادات و اخلاقی که دردوره صباوت خود کسب کرده بشیخوخت میرسد . اگر یك طفل اروپائی را بایك طفل آسیائی بسنجیم می بینیم تباین واختلاف کلی مابین آنها است . اروپائی آنچه را که آسیائی در مدرسه ودر کبرسن میاموزد درخانه درطفولیت خود فرا میگیرد وهمین باعث شده است که ترقی آسیائی نسبت باروپائی مانند سیر شتر وراه‌آهن باشد . بدیهی است والدین جاهل وبی تربیت جز اطفال بی تربیت بارنمی- آورند وهمین افراد بی تربیت است که تشکیل ملت بی تربیت و پست را میدهد چنانکه بتحقیق رسیده تاتربیت خانوادگی در ملتی معمول نگردد ترقی درآن ملت بروز نمینماید . همان تحصیلات مقدماتی وتعلیمات ابتدائی درخانه اساس ترقیات بعد میشود و همین تعلیمات است که هیچگاه از ذهن طفل خارج نشده ودر دوره حیات با‌او همراه است . خانواده‌هائیکه بواسطه سهل‌انگاری یامحبت بیجا بتربیت طفل خود قیام نمینمایند وآنها را ازرفتار زشت وکسب اخلاق غیرحسنه باز نمیدارند گذشته از اینکه بخود واولاد خود ظلم میکنند مخرب جامعه بشری نیز هستند چه ملت مرکب از افراد است وتا افراد تربیت نشوند انتظار سعادت را برای ملت نمیتوان داشت . درخانه است که درطفل حب پدر و مادر و حب اقوام واقارب وحب نوع و وطن و صداقت ودرستکاری تزریق میشود و نیز در خانه است که باید طرز مکالمه ومعاشرت باو تعلیم داده شود . وظیفه‌پدر ومادر فقط تهیه خوراك وپوشاك طفلشان نیست اینان گذشته از این مراتب وظائف و تکالیف مقدس تری دارند که قصور از آنها را باید خیلی

بزرك وبا اهميت دانست و بیشتر این وظائف بعهده مادرانست زیرا در آغوش مادر است که طفل پرورش میکند و عادات و اخلاق او است که وی کسب مینماید . مادر گذشته ازمراعات حفظ الصحه طفل خود باید بتعلیم او بپردازد از ارتکاب اعمال زشت و قبیحه او را باز دارد و آداب واخلاق حسنه درضمیر صاف وساده اش منقوش سازد و کاملا مواظب حرکات وسکنات اوبوده محبت مادری را بکنار گذارد آنچه خوب است طفل را بدان ترغیب وآنچه مذموم است خواه بملایمت و خواه بتهدید اورا ازاجرای آنها مانع شود وبعلاوه ذهن طفلرا برای تحصیلات مدرسه حاضر وآماده نگاهدارد واین بوسیله صحبت و تعلیمات زبانی باید انجام گیرد . دراروپا برای اطفال ازسن چهار الی هفت تأسیس مدرسهٔ نموده‌اند باین ترتیب که درباغ بزرگی اطفال جمع میآیند ودر تحت تعلیم معلمات ماهر مقدمات علوم وفنون مختلفه را میآموزند این مدرسه باسم مصنف کتاب تعلیم‌الاطفال که خانمی ایطالیائی بوده است موسوم بباغ (مانتزری) شده است . در این مدرسه اطفال خورد ترتیب سفره چیدن وخوراك خوردن وحسن تکلمرا میآموزند و بالوان مختلفه آشنا شده عدد شماری ونوشتن‌ارقام حساب‌واشکال هندسی وموسیقی وغیره‌را فرامیگیرند و تمام این تعلیمات بنحوی انجام میگیرد که بهیچوجه باطفال خستگی عارض نشده وباکمال ذوق وشوق بآموختن آنها قیام میکنند مثلاآلتی هست که خود را بوسیله آن اندازه میگیرند یاخود را وزن مینمایند . در اینجا توب های پارچه الوان را مخلوط بهم کرده وطفل را وادار بمرتب کردن آنها بدرجه رنك مینمایند . زنگهای مختلفه هست که صدای نوتهای موسیقی را نموده وبوسیله آنها گوش طفل را بنوت ها و آهنگها آشنا

مینمایندحروف مقوائی و ارقام حساب که از مقوا یا شیرینی ساخته‌شده موجود است که باطفال نشان داده ویا میخورانند و ضمناً باین وضع فرح انگیز اشکال و اسامی آنها را درمغز طفل جای میدهند آنوقت این اطفال چون بمدرسه ابتدائی داخل می‌شوند باسرعت پیش رفته و بسا مشاهده‌شده است که اطفال‌بسن چهارده ویانزده دورهٔ مدرسه عالی‌راتمام کرده بکالژهاویونیورسیته‌هاداخل شده‌اند ودرمحالی که مدرسه مذکوره در فوق وجود ندارد این تعلیمات بعهده مادران واگذار میشود . استعداد وقابلیت در هر وجودی تکوین شده منتهی برای‌استفاده‌از آن تربیت لازم است و قسمت مهم این تربیت هم تربیت اولیه یا تربیت خانوادگی است. عدم‌تربیت‌خانوادگی است که ملل آسیائی‌هرچه‌سعی و کوشش کنندبارویائی نرسیده فرسنگها خود را عقب می بینند . اساس تربیت خانوادگی تربیت نسوان است از مادر ویدر بی علم وتربیت پرورش طفل باتربیت انتظار نمیتوان داشت . زنان عضو مهم هر جامعه هستند و اگر این عضو فلج شود جامعه فلج خواهد بود . در هر ملتی‌که باب تعلیم و تربیت رابروی نسوان‌باز کرده‌اند بایك سرعت فوق العاده ترقی کرده ودر هرملتی که‌آنها را در عالم جهالت وبی علمی نگاهداشته اند بخاك ذلت نشسته اند چه رشد وترقی هرملتی منوط‌بترقی‌و تربیت زنهای آنملت است پس بایداول‌وسائل تربیت نسوان را فراهم نمود و آنانرا بتحصیل علوم وفنونیکه در خور استعداد آن ها است واداشت تالیاقت پرورش اطفال خوب را پیدا کرده بوظائف مقدسه خود آشنا شوندزیرابهبودی در حال ملتی پیدا نمی شود مگر بتهذیب اخلاق افراد و تربیت وتهذیب اخلاق هم فراهم نمیکردد جزبوسیله‌تربیت‌خانوادگی وتربیت‌خانوادگی‌میسر نمیشود مگر بتربیت و

تعلیم نسوان . هر کس دراین عالم معمار بخت خود میباشد وخودشخص
است که زندگانی را برای خود ونسل خود باسعادت و شیرین کرده ویا
تلخ وناگوار مینماید . این گلهائیکه باغهای ما را زینت داده و ازرائحه
ورنك خود مارا محظوظ ومسرور میکنند همان گلهای خودرو ونباتاتی هستند
که بهیچوجه مورد توجه نبوده ودراثر تربیت وپرورش باین پایه ومایه
رسیده اند پس وقتیکه تربیت درماهیت نبات اینقدر تاثیر داشته باشد در وجود
بشر که قابلیتش برای تغییر حال وترقی از تمام موجودات زیاد تر است
موثرتر خواهد بود

حال چندی است که ما بلزوم تعلیم نسوان پی برده ایم و برای
نیل باین مقصود مدارسی در طهران و سایر بلاد ایران مفتوح گردیده
ولی نتیجه مطلوبه از آنها بدست نیامده وچون رفع فساد اخلاق ومعایب
را ننموده باعث یاس و ناامیدی عدهٔ گردیده اند . نمیشود گفت که ایرانی
قابل تعلیم وتربیت نیست ونیز نمی توانیم تصور نمائیم که تعلیم وتربیت
در وجود زنان ایرانی اثر معکوس دارد بلکه میتوان گفت که تعلیمات
اساسی ومبنی برپایه و اصولی نبوده و نیست وعلت هم یکی تقلید بیجا و
دیگر در نظر نگرفتن احتیاجات بوده است . اول باید تعیین نمود که
معایب اخلاقی ماچیست ودوشیزگان مامحتاج بدانستن چه چیزهائی
هستند . زنان ما در مراحل اولیه تمدن اند لذا باید احتیاجات آنانرا
مقدم برغیر ضروریات دانست

دانستن قدری حساب وجغرافی وتاریخ وچند کلمه فرانسه رفع
حوائج نسوان این مملکت را نکرده وآنهارا مستغنی نمیسازد . درست است
این تعلیمات ذهن آنهارا باز کرده وبالطبع اولادیکه ازآنها پیدا شود تخت

تربیت خانوادگی بزرك میشوند ولی مقدم براین ها چیزهای دیگری هست که باید در مدارس نسوان تعلیم وتدریس شود.

ایران رو بصنعت وکار میرود واغلب صنایعی که امروزه بدست مردان انجام میگیرد در آتیه بعهده زنان محول خواهد شد پس مقدم بر همه چیز تأسیس مدارس صنعتی جهة نسوان است که در آنجا صنایعی که موافق استعداد و توانائی زنان باشد بدوشیزکان تعلیم داده شود که در آتیه آنها بتوانند از آن ممر اعاشه نموده رفع احتیاجشان بشود و انتظار آنرانداشته باشند که شوهری جهة آنها پیدا شده از نتیجه سعی وعمل او گذران نمایند - والدینی که علاقه مند بسعادت دختران خود هستند ومایلند که درآتیه کلمه ضعیفه بانها اطلاق نشود باید بیکی ازصنایع یدی که مورد احتیاج عامه باشد آنهارا آشنا نمایند. والدین دوشیزکان باید جهیز دختران خودرا به بازوهای آنها بسته ثروت تمام نشدنی را در مغز آنهاجای دهند

یکی از بزرکترین عللی که ملت ایران را در پستی وذلت نگاه داشته عدم نظم وترتیب وفقدان روح مدیریت است وبیشتر بلاهائی که بسرما آمده ومیاید در اثر این عیب است. عدم نظم و ترتیب باعث شده است که قشون معظم داریوش کبیر در مقابل معدودی یونانی مثل خوشه گندم در مقابل داس دروگر بزمین بریزند - عدم نظم و ترتیب باعث شده است که دو ملیون قشون خشا یار شاه در مقابل عده قلیلی یونانی اظهار عجز وناتوانی کنند. عدم نظم وترتیب باعث شده است که یك کرور قشون دارادرمقابل چهل هزارقشون منظم اسکندر منهزم شده وپرا کنده شوند عدم روح مدیریت باعث شده است که ایرانی نتواند ادارات خودرا

مرتب ومنظم کرده و احتیاج بمستشاران خارجی پیدا نکنند . این عادات ذاتی ما شده ودر طبقه نسوان بشدت وجود دارد . این مسئله بخوبی ثابت گردیده که یك زن ایرانی باتهیه تمام وسایل وداشتن چندین خدمتکار نمیتواند زندکانی خودرا طوری مرتب نماید که هر چیزی بجای خود بوده وباز نواقصی در زندکانی او مشاهده نشود واز این رواست که باید گفت وظیفه معلمات مدارس است که این نکته مهم را همیشه در نظر گرفته و دوشیزکان را معتاد بنظم و ترتیب نمایند که در نتیجه نسل آتیه فعال وجدی وعلاقمند بنظم ودیسیپلین شود . اساساً عقل معاش در ایرانی نیست وازاین رو همیشه خانواده های این مملکت دچار اختلال معاش وبالنتیجه گرفتار هم وغم اند واین بواسطه افراط و تفریط و قیودات بیجا است . ایرانی در زندکانی فرق مابین احتیاجات و تجملات نمیدهد ودر اعاشه فرق مابین اغذیه وتنقلات نمیگذارد باین معنی که اگر یك مبلغی بزن ایرانی داده شود نمیداند بچه نوع خرج نماید که معاش خانواده را تامین کرده ودچار قرض نشود . پس باید یکی از مواد پرگرام مدارس نسوان علم اقتصاد باشدوبدوشیزکان ترتیب خانه داری را تعلیم دهند زیرااختلال امرمعاش خانوادهها اختلال امر معاش یك ملتی است وملتی که امرمعاشش مختل باشد همیشه در ذلت و پستی است . افراط وتفریط وعدم اقتصادنه فقط درخانواده ها جاری است بلکه در ادارات دولتی نیز معمول میباشد زیرا مدیران ادارات همانهائی هستند که در اداره کردن امر معاش خود عاجزاند وازعلم اقتصاد بی خبر

یکی از عادات بد زنان ایرانی گذرانیدن اوقات ببطالت وبیکاری است واز آن وقتی که تاریخ نشان میدهد این عادت در زنان این مملکت

خصوصاً زنان متمولهٔ که دارای خدمتکاران بوده‌اند وجود داشته . اینان اشتغال بکاررا وهن می پنداشته‌اند چنانکه در جنك ایسوس که اهل حرم دارا بدست اسکندر افتاد چون اسکندر میدید که اوقات خانواده سلطنتی ببطالت میگذرد دستور داد که برای اشتغال ورفع بیکاری آنهارا بتور بافی وادارند وچون بخوانواده سلطنتی اشتغال بآن‌را پیشنهاد کردند مادر دارا گریه آغاز نهاد و گفت معلوم میشود اسکندر بما بچشم کنیزی نگاه میکند . چون سلطان مقدونیه این مطلب را استماع نمود باشتباه‌خود برخورده ودر مقام عذر خواهی برآمد واظهار کرد که چون در یونان خانمهای محترمه وخانواده های سلطنتی بطالت وبیکاری را عیب دانسته و حتی‌الامکان خود را بکاری مشغول‌میدارند لذا تصور رفت که بانوان‌ایرانی نیز دارای همان اخلاق وعاداتند

یکی از معایب دیگر سستی وتنبلی مااست که ضرب‌المثل گردیده وننك تاریخی‌جهة ماایجاد کرده است . برگشت ده‌هزار نفر یونانی که‌بکمك کورس اصغر بایران آمده بودند تحت سر پرستی یك نفر یونانی‌معروف به زنفن در عین اقتدار و عظمت ایران نمونه خوبی برای سستی و بی-حالی مااست

مقصود از اظهار این مطالب نه این باشد که بخواهم پستی وذلت ایرانی را ثابت کنم بلکه میخواهم بمعلمات مدارس و والدین وظیفه شناس معایب وعادات بدرا تذکر داده و برای رفع آنها از طبیعت دوشیزکان آماده‌شان نمایم والا ایرانی همان طوری که برای بعضی عادات مذمومهٔ معروف‌است برای عادات‌خوب که‌راستی و درستی ومهمان‌دوستی وعلو طبع وادب باشد نیز شهرهٔ آفاق‌میباشد لذا معلمات باید عادات خوب

رادردوشیزه‌کان تقویت نموده وعادات بدراازنهاد آنهاخارج‌سازند زیرا ترك عادت چنانکه مشهور است‌تولید مرض نمیکند وکسب عادت هم آنطوریکه معروف است معسور وسخت نمیباشد زیرا اعمال وقتی مکرر شدند تولید عادت میکنند لذا باید عادات خوب در دوشیزه‌کان ایجاد نمود و تعلیمات مفیده بانها داد زیرا تربیت و ترقی نسوان تربیت وترقی یك ملت‌است و تا بهبودی در وضعیت آنها مشاهده نشود بهبودی در حال ملتی حاصل نمیشود.

نصایح صحی واقتصادی

هر چند که اصول حفظ الصحه را در رساله طلیعه نور در تحت فصولی مخصوص نگاشته ولی از آنجائیکه وضعیت صحی واقتصادی‌خانواده دخالت تام درساختمان وچگونگی پیدایش نسل دارد علیهذا بدرج بعضی نکات لازمه درذیل مبادرت میشود :

توالت ــ استعمال پودر وسرخاب ومانیك مسامات پوست بدن‌را مسدود کرده ومانع ازنفوذ روغنی است که برای صاف و صیقلی کردن پوست تولید میشود ودرنتیجه صورت شکسته و پیرنما میگردد . بهترین توالتها برای زن ومرد ورزش وشستن صورت با آب گرم وصابون است و انتخاب صابون هم باید در اثر امتحان بعمل آمده وهمیشه یکقسم صابون استعمال شود. خانمهائیکه دارای صحت مزاجند وقتیکه مراعات نظافت را کنند دارای طراوت و سرخی طبیعی وبشره جذاب و دلربا میشوند استعمال اشیاء فوق الذکر گذشته ازاینکه ضرر جسمانی دارد باقتصادیات هم لطمه میزند زیرابرای ورود آنها بمملکت مبلغ معتنابهی بخارجه میرود

ولی برای اروپائی ضرر مادی ندارد زیرا درممالك خود تولید میکنند اشخاصیکه در هوای سرد ونسیم دار صبح مجبورند ازمنزل خارج شوند برای جلوگیری ازخشکی دست وصورت بهتر است درموقع خواب صورت خودرا شسته وصبح از شستن آن خود داری کنند. وقتیکه دستها خشکی کرد وترك خورد باید باهازلین چرب نمود ودرموقع خواب دستکش پشمی بدست نمود.

لباس — ملبوس تنك بصحت خانمها مضر وبرای رعایت مدنباید بدن را درفشار داشت. مقصود ازلباس حفظ تن ازسرما وگرما است لذا مطابق هر فصلی باید لباس پوشید وبرای شیکی نباید خود را سرما داد و مریض ساخت. خرید پارچه های نازك وفانتزی تبذیر مال است. پارچه ممکن است درعین حال فانتزی بودن بادوام باشد بنا براین باید پارچه گران وبادوم خرید. فرانسه صحبت کردن زنان که هیچ اثری درزندگانی نمیکند وتادیه مزدهای سنگین بخیاطه های اروپائی برای دوخت لباس موافق عقل نیست وملتیرا فقیر وتهی دست میکند لذا بهتر از تحصیل فرانسه یادگرفتن برش و دوخت لباس است. استعمال کرست باعضاء درونی فشار آورده ومخصوصاً در دوره حمل بسیار مضر است ودر آنحال باید شکمبند های کائوچوئی استعمال نمود.

موی سر — موی سررا باید در وسط هفته باصابون وآب گرم شست وهرروز باشانه دنده درشت نرم شانه کرد. آلا گارسن کردن برای نظافت وحفظ مو ازپارازیتها مفید است ولی درصورتیکه توسط خود خانم ها انجام یافته وباعث خرج هفتگی نگردد. سفیدی مو درنتیجه کبرسن ویاتأثرات وارده است ودرصورت اخیر قسمتی ازمو یاتمام آن درظرف چند ساعت

سفید میگردد . دواهائیکه برای سیاه کردن مو استعمال میشوند چون دارای ملح معدنی ازقبیل نقره وسرب هستند استعمالش صلاحیت ندارد مخصوصاً سرب که ممکن است شخص را مسموم کند ولی بیسموت نسبتاً کم خطر است .

ناخن ــ گرفتن ناخن ازبیخ باعث ریش‌شدن سرانگشت هامیشود وبلند گذاردن آن نیز سبب جمع شدن کثافت و میکرب است لذا گرفتن ناخن بحد اعتدال وپاك کردن زیر آنها واجب است . ناخن های دست را باید مدور گرفت وناخن های پارا مربع . ناخن اشخاص مسلول منحنی وناخن اشخاص نقرسی درطول آن گود میباشد .

دهان ودندان — بعدازهر دفعه غذا خوردن باید دهان راشست ودندانها را با پرمرغ ویاتیکه‌چوبی‌خلال‌نمودولی‌استعمال‌خلال آهنی‌جایز نیست . هر روز صبح دندانها را باید بامسواك و خمیر دندان پاك نمود . بهترین گردهای دندان کالورت کربالیك است وشستن با آب نمك وآب‌گرم وصابون نیز مفید میباشد جویدن قند وشکستن چیزهای سخت بادندان خرابی و کرم خوردن آن را تسریع میکند صحت دندان منوط بصحت عمومی بدن است‌وچون یکی از اعضاء جهاز هاضمه است بایدتوجه‌کامل درصحت وسلامتی آن نمود .

چشم ــ روزی دومرتبه صبح وعصر باید چشمها را درآب گرم و صاف بازنمود . ازقرائت وکتابت وانجام کارهای دقیق درنور آفتاب ودر جلو چراغ پرنور ویاکم نور احترازکرد وچشمهارا زیاد بصفحه‌کاروکتاب نزدیك نبرد وهر چند دقیقه یکمرتبه ازصفحه کار برداشته بمنظره دوری انداخت تاجلوگیری ازنزدیك بینی شود ودرصورت ابتلاء بنزدیك بینی

باید بکحال مراجعه وعینك استعمال نمود .

گوش وبینی — پاك كردن گوش باسنجاق وچوب جاروب جایز نیست وهروقت در گوش چرك جمع شود باید قدری پنبه بسر چوب کبریتی بپیچید و چرك را بیرون آورد . هرگاه جسم خارجی داخل در بینی شده وخارج نشود چنانکه درباره اطفال بسیار اتفاق افتاده باید بوسیله استنشاق انفیه از سوراخ بینی که باز است عطسه را تحریك نمود ودر صورتیکه مؤثر واقع نشود سنجاق زلف را باید داخل بینی کرد و هلال آن را بپشت آن جسم انداخته وضمناً سرهای سنجاق را که در دست است بهم آورد که باین ترتیب آن جسم داخل سنجاق گیر کرده وبا بیرون آوردن سنجاق خارج شود .

پاها — پاهارا درتابستان هرروزودرزمستان سه روز یکمرتبه باید شست و درصورتیکه گوشهٔ ناخن بگوشت پا فشار آورد باید یك تیکه پنبه لای پنجه پا گذارد زیرا بی توجهی باین موضوع باعث میخچه و بروز درد درموقع حرکت میشود وعلت بزرك شدن میخچه هم کفش تنك است . کفش باید دارای پاشنهٔ کوتاه بوده و پنجه درآن راحت باشد . پاهائیکه عرق میکنند باید با آب گرم وصابون شسته و در محلول اسید بوریك گذارده شوند وروزها باید قدری اسید بوریك درجوراب ریخت . درصورت سرمازدگی باید جوراب پشمی وپوتین فراخ پوشید .

استحمام — هفته یکمرتبه استحمام در آب گرم برای هرفردی لازم است وتأخیر در حمام رفتن چنانچه معمول بعضی خانم ها است باعث کسالت میشود زیرا ما بوسیله پوست بدن بعالم مربوط میشویم و اگر پوست مریض شود پس وجود ما مریض خواهد بود . استحمام در آب

سرد برای بعضی اشخاص مضر است لذا برای تعیین خوبی و بدی آن باید عضویرا در آب سرد فرو برد اگر بلافاصله گلگون شد معلوم میشود مفید و اگر کبود شد ورخاوت و سستی عارض گردید دلالت برمضربودن آن میکند ودر آنصورت باید اجتناب نمود . استحمام در آب سرد گوشته بدن‌را محکم مینماید ولی برای حفظ ازسرما باید در آب حرکت نمود . توقف زیاد در آب جاری وزیر آبشار مضر وخون را تفریط میکند . تیغ وکیسه حمام ولیف صابون باید انحصاری باشد ـ شستشوی زیادنیزپوسته بدنرا خراب و ایجاد فرسودگی مینماید

تدخین ـ کشیدن‌سیگارو قلیان وامثال آن باعث تیره شدن بشره و ضعیف شدن است مخصوصاً قبل ازغذا کهسد اشتها مینماید . تنباکو شخص را ازسرشاری عاری وگوشه نشین ودبر اتقال میکند مخصوصاً برای خانمهای عصبانی و لاغر بسیار مضراست ودرصورتیکه در جوانی تدخین نمایند آنهارا ازرشد ونمو لازمه بازمیدارد . اشخاص‌معتاد وعلاقه‌مندباید تدخین را فقط ببعد از غذا محول نمایند

شرب ـ مشروبات الکلی ازهر قبیل وبرای همه کس مخصوصاًبرای خانمها بسیار مضر است وخوشبختانه تمایلی‌هم نسبت‌بآن ندارند . الکل برای عصبانی مزاجان حال‌سم‌را دارد . این مشروب باعث سوء هضم‌وترش شدن‌غذاوبیوست وبواسیر میگردد . الکل شخص‌را کریه المنظرنموده و استعداد را از بین میبرد وبطور خلاصه میتوان گفت که اثر آن در خرابی نسل بشر کمتر از سفلیس نیست . عرق شخص را محزون ولاغر میکند وشراب صورت را صاف وبرافروخته مینماید و این آثار بعضی را باشتباه‌انداخته خیال میکنند فربهی‌وپرخونی از شرب آن حاصل میشود

در صورتیکه نه آن چاقی عضله وگوشت است ونه آن بر افروختگی ازخون زیاد ونتیجه شرب آن جز اتساع معده چیز دیگری نیست

ورزش — اس اساس حفظ الصحه ورزش است زیرا عمل منظم جهاز هاضمه منوط بحرکت سخت عضلات میباشد وگوشه نشینی وعدم حرکت باعث تحلیل نرفتن غذا و بازشدن دربهای امراض بسوی انسان است قدم زدن باهستگی وانجام امور خانه ورزش نیست زیرا ورزش حرکت تمام عضلات واعضاء بدنست و بهترین ورزش ها وورزش سوئدی است ووقت مناسب برای آن صبح قبل ازخوراك ودر هوای آزاد است وباید بتدریج زیاد کنند بطور عموم روزی نیمساعت برای اشخاص سمین ویکربع برای افراد لاغر ونحیف کافی است . ورزش لازمه صحت بدن ودماغ است .اسب سواری ودوچرخه سواری وفوت بال وراه رفتن تند ورزشهای خوبی هستند در صباوت باید ورزش قلیل و متناوب یعنی مدت آن کم ودفعات آن زیاد باشد برای شاگردان مدارس ورزش لازم ورشد ونمو آنها را تسریع نموده ودماغ آنها را برای تحصیل حاضر وآماده میکند . بعضی از خانمها بواسطه ضعف طبیعی وکم خونی وعدم حرکت همیشه کسل و بدبین وعصبانی و بد اخلاق اند وبرخی دچار سوء هضم نیز بوده مدام باطباء مراجعه وبواسطه استعمال ادویه مختلفه از قوای خود کاسته و روز بروز مزاج خود را خرابتر میکنند . این خانمها لازم است بدانند که دوا شفا دهنده نیست و اثر مستقیمی ندارد بلکه سلولهای خون را تقویت میکند و در واقع خود سلولها هستند که میکرب مرض را کشته ودفع میکنند و چون بوسیله ورزش و خوراك مقوی این مقصود حاصل میشود لذا احتیاجی بدواهای تلخ وبدطعم وتبذیر مال نخواهد بود . درسن کمال بهترین ورزش ها

راه رفتن تند است وبعضی که دارای قلب ضعیف اند بایستی از ورزشهای سخت وشدید اجتناب نمایند

نظافت — یکی از اصول صحت وتندرستی پاکیزگی است وکسالت بعضی اشخاص از عدم رعایت آنست اغلب امراض جلدی در نتیجه کثافت و عدم نظافت است . لباس باید پاك وشسته باشد و هرهفته باید اطفال را بحمام بردوآنهارا عادت بشستن دست وصورت بطوریومیه داد زیرا کثافت آنها را کریه المنظر و زشت میکند و کثیف بودن خود خانم ها باعث انزجار شوهران میشود .

حرکت وسکونت — کسالت غالب مردم ازآنست که خودرا بدراه میبرند ویابدمی نشینند . درموقع راه رفتن بدن بایددرخط مستقیم واقع شده و سر بطرف عقب متمایل باشد وبدن براست وچپ منحرف نشوددرموقع حرکت در اماکن بی گرد و خاك باید نفس های عمیق کشید که تمام هوای ریتین خارج شود ودر موقع نشستن بایدقوز نکرد زیرا عمل تنفس راکند وبطیٔ میکرداند . حرکت در صورتیکه خیلی سریع وتندباشد ورزش مفیدی است لذا کسانیکه موفق بورزش صبح نشده اندباید تند راه رفته ودر راه نفس های عمیق بکشند

منزل — منزل باید پاکیزه نگاهداشته و هر روز جاروب شود ریختن آب های کثیف درباغچه بصحت ساکنین مضراست . درچاه مبال باید هرچند وقت یکمرتبه قدری آهك ریخت که جلوگیری از تعفن شود. آب حوض را قبل از آنکه متعفن شود باید عوض نمایند وبرای جلوگیری ازتولید پشه چند ماهی قرمز در آن بیندازند ویاقدری نفت روی آب بریزند آنقدر که محل منزل درصحت مدخلیت دارد بزرگی ووسعت آن ندارد لذا

باید در اطراف شهر ودر یا محال کم جمعیت و کم آمد ورفت منزل اختیار نمود و اگر منزل مجاور باباغی باشد بصحت نزدیکتر است . اطاقهای منزل باید بروی مشرق و مغرب باز شود زیرا این گونه اطاقها صبح وعصر آفتاب میگیرد وضمناً از آفتاب گرم وسط روز محفوظ است

تنقلات — خوردن حلویات وآجیل و میوه جات راباید ببعد از غذا موکول نمود زیرا تناول آنها قبل از خوراك سد اشتها میکند. خانواده هائیکه عایدات زیادی ندارند باید از خرید تنقلات خود داری نموده وخوراکهای مغذی ازقبیل شیر وتخم مرغ وگوشت و روغن وبرنج و نان و کره و باقلا ولوبیا ونخود ابتیاع نمایند . خریدن مرکبات و میوه جات از وجوهی که باید معاش یومیه خانواده را اداره کند جایز نیست زیرا این ها غذائیت ندارند .

تفریح ـ برای اشخاصیکه بکارهای دماغی اشتغال دارند روزی یك ساعت تفریح وگردش لازم است . محل گردش باید خارج شهر و در هوای آزاد قرار داده شود نه درخیابانها ومحال پرجمعیت . خانمهائیکه کارهای فکری دارند هفتهٔ یك روز باید تعطیل کرده وبخارج شهر روند و درصورت امکان و داشتن تمول ایام تابستان را در محال کوهستانی وییلاقی بگذرانند . زندگانی در اماکن کوهستانی وباصفا مخصوصاً برای خانمهای ضعیف وعصبانی بسیار مفید ودر رفع امراض آنها مؤثر است و مقتضی است پول طبیب ودوا را صرف رفتن ییلاق نموده قوای از دست رفته را بان وسیله تحصیل نمایند .

چای وسایر مهیجات ـ چای کم رنك بعد از غذا بعمل هضم کمك میکند ولی نوشیدن چای پر رنك وبیموقع باعث ترش شدن غذا و ضعف

قلب میشود . صرف قهوه وکاکائو برای رفع خستگی و ادامه دادن بکار وشغل مناسب است ولی نباید معتاد بانها شد .

آب مشروب ـ آب صاف خالی ازمیکرب برای نوشیدن وشرب لازم است . میکرب بعضی از امراض ازقبیل حصبه وکلرا و بعضی اقسام اسهال وتخمهای کرمهای معوی بوسیله آب نشر وسرایت میکنند و درصورتی که مواد معدنی آب زیاد باشد تولید سنك مثانه مینماید . در آب انبار ها باید چند ماهی قرمز انداخت وهر دفعه که آب عوض میشود مقداری نمك درآن ریخت ازنوشیدن آبهای گل آلود و بدبو و خاکشیر دار و آب سقاخانه ها باید خودداری کرد . شرب آب جوشیده درمواقعی که ناخوشی درشهراست لازماست ولی نوشیدن آن بطور همیشگی جایز نیست .

خستگی ـ خستگی در تولید امراض دخالت دارد . در اثر خستگی قوای بدن کاسته شده ومستعد ابتلاء بامراض میشود . خستگی دماغی شخص را کسل وبدبین وعصبانی میکند لذا هروقت خستگی دماغی احساس شد تعطیل کاروتفریح وگردش لازم میشود . بی توجهی باین اصل باعث جنون وخرابی صحت است . بعد از خستگی که دراثر گردش در کوه ها وصحاری حاصل میشود بایدخوراك رقیق ومختصری خوردزیرا غذای سنگین دراین حال تولید سوء هضم وناخوشی میکند .

محل کار ـ محل کار باید بی گرد وخاك وخشك و آفتات گیر ودارای هوای معتدل وتازه باشد جاهائیکه دارای این کیفیات نیستند تولید رماتیزم وسل سینه وسایر امراض میکنند .

خواب واستراحت ـ در سن پانزده شخص باید ده ساعت بخوابد و از پانزده الی بیست و پنج هشت ساعت و از

این سن تا پیری شش الی هفت ساعت ودر پیری باز باید ساعات خواب زیاد شود . محل خواب باید تاریك بیصدا و خنك ودارای هوای تازه باشد . رختخواب پر وزیاد نرم برای خواب مناسب نیست . زیر سر اشخاص پر خون باید بلند وزیر سر کسانیکه بکم خونی مبتلا هستند باید کوتاه باشد . خواب لازمهٔ حیات وبیخوابی قوارا تحلیل میبرد . برای کسانیکه کارهای دماغی وفکری دارند خواب بعد از ظهر ولو نیم ساعت هم که باشد بسیار مفید است .

خوراك ــ غذا باید دارای نشاسته وبیاض البیض و چربی وآب ونمك باشد وتمام مأ کولات دارای یکی یا تمام این مواد هستند . غذای کارگران وعملهها باغذای اشخاصیکه بکارهای دماغی اشتغال دارندا ختلاف دارد غذاهای دیر هضم روغن نباتات و قولات وپنیر وگوشت حیوانات قوی الجثه مثل گاو وشتر هستند که فقط کارگران میتوانند هضم کنند وغذاهائیکه موافق معده طبقه دیگر است عبارتند از کره وگوشت پرندگان وشیر وسرشیر وگوشت ماهی وگوشت گوسفند وبرهٔ آن . باغذا باید قدری سبزی میل نمود زیرا دارای آهن وآهن برای ترکیب خون لازم است ومواد غیر قابل هضم آن نیز بعمل مزاج کمك میکند . خوردن میوهجات مثل پرتقال وانگور وسیب وگلابی بعد از غذا از یبوست جلوگیری مینماید

حفظ الصحهٔ آلت تناسل ــ اعضاء تناسلیه خارجی مرد و زن محل ومرکز امراض مختلفه ازقبیل سوزاك وسفلیس و برفك و اگزما وخارش میباشدوبرای جلوگیری از ابتلاء باین امراض نظافت وشستشوی اعضاء تناسلیه مؤثر است . درحال صحت قبل از مقاربت بازوجه وبعداز آن باید آلت رجولیت را شست ونظیف نمود وهمینطور اعضاء اناثیه باید

شسته ونظیف شود . شستشوی مهبلی درایام حمل وغیر آن بوسیله اریکاتر
و پرومنکنات جلوگیری ازابتلاء باغلب امراض میکند . مردهائیکه
بافواحش معاشرت دارند دراثر نظافت یعنی شستشوی قضیب با ادرار خود
والکل و یا آب گرم وصابون سوبلیمه و یاشستشوی مجری با پرومنکنات
بلافاصله بعد از مقاربت میتوانند از ابتلاء ببعضی امراض مقاربتی مصون
مانند و اگر رعایت این نکته را زنان عمومی نیز بنمایند دیر تر بامراض
مقاربتی مبتلا شده وازشیوع وسرایت آنها کاسته خواهدشد .

شرح بعضی امراض وطریق معالجهٔ آن

درتحت این فصل نگارنده بشرح و علاج برخی از امراض اطفال
واکابر پرداخته ومایل است باینوسیله خاطر قارئین محترم را بعلل وعلائم
وطریق مداوا ومعالجهٔ آنها آشنا ومربوط سازد تادرنتیجه اجتناب ازعلل
وموجبات از ابتلاء بآنهامصون ومحفوظ مانده ودرصورت ابتلاء دستور
وقواعد صحی را در رفع و علاج آنها مجرا و معمول دارند . مقصود از
شرح وبیان آنها این نیست که خوانندگان را از مراجعه بطبیب بی نیاز
کند ومخصوصاً درجاهائی بخصوص لزوم مراجعه بطبیب تذکرداده شده
است ولی دراماکنی که دسترس بطبیب ندارند میتوانند بدستور های
آن عمل کرده ودرموقع بروض بعضی امراض ساده وکم اهمیت خود و یا
دیگران را معالجه ومداوا نمایند . هرچند که نگارنده بشغل طبابت
اشتغال نداردولی باندازهٔ دارای اطلاعات طبی بوده ودر تهیه شرح امراض
ذیل ازکتاب طبی انکلیسی استفاده و استمداد کرده و برای مساعدت
وخدمت بهموطنان بدرج آنها مبادرت مینماید :

آبله مرغان ـ مرضی است مسری که میکرب آن تا کنون کشف نشده است وغالب اطفال بان مبتلا میشوند در موقع بروز آن کسالت و ملال جزئی حاصل وتب مختصری عارض میشود متعاقباً دانهای قرمزی در جلد ظاهر که مبدل بتاول شده وسر آنها چرك جمع میشود وپس از چندروز این تاول ها خشك شده می‌افتد ولی مثل آبله اثر و جاهای دائمی باقی نمیگذارند . تاوقتیکه این تاول ها خشك نشده و نیفتاده‌اند این مرض مسری است و بعد از افتادن دیگر سرایت بسایرین نمی کنند در مدتیکه طفل تب دارد باید یکی دو روز استراحت کرده واورا از سرمامحفوظ داشت شستشو در آب گرم برای سقوط تاول های خشك شده مفید است و هیچ دوائی لازم نمی شود فقط باید طفل را از خاریدن تن مانع شد و این مقصود بوسیله دستکش های بدون انگشت یا گرفتن ناخن‌های مریض حاصل میشود . پس از بهبودی کامل کلیه البسه و رختخواب واسباب بازی‌های طفل باید ضدعفونی شود

آبله ـ میکرب آن هنوز کشف نشده این مرض بوسیله هوا و ملبوس و معاشرت سرایت باشخاص میکنند لذا دوری سایر اهل خانه از مریض آبلهٔ لازم است . سنی که عموماً مرض آبله عارض میشود ازطفولیت تاسن ده سالگی است واشخاصی که آبله کوبیده باشند نیز ممکن است مبتلا بآن شوند ولی بروز مجدد آن پس از ده سالگی است یعنی ماده آن تامدت ده سال در وجود باقی می ماند مرض آبله عموماً در زمستان شیوع دارد وعلائم آن لرز استفراغ وبالا رفتن حرارت بدن به ۱۰۳ درجه فر نهایت می باشد . تا مدت سه روز کسالت سخت عارض مریض شده وبعد از آن دانه های قرمزی در کنار موهای بدن مخصوصاً مچ دست ظاهر میشود و

دراین وقت احال مریض بهتر شده حرارت بدن هم کم میشود و دانه هابتدریج خشك شده میافتند دراین وقت میشود بامبتلابدون ترس سرایت نزدیك شد . حمله آبله در صورتیکه شدید باشد درجه حرارت فوق العاده بالارفته ومنجر بمرك میشود و در صورتیکه سابقاً آبله کوبیده باشند حمله ثانوی چندان شدید نخواهدبود یعنی چنددانه قرمز دربدن ظاهرشده وبعدخشك وساقط میگردند

دندان درد وقتی عارض شود باید ملینی خورد وصورت رابا پنبه یاپشم گرم نگاهداشت وخوراك های رقیق تناول نمود ودرصورتیکه ساکت نشود قدری پنبه را باید در کربلیك خالص carbolic فرو برد ودرگودی دندانی که درد میکند گذارد وقدری پنبه یا کیزه روی آن قراداد

سردرد دراثر جریان خون کثیف یاتهاجم خون بسریاوجود جراحتی یاوصول صدمهٔ به جمجمه عارض میشود . سردرد ممکن است مقدمه تب مخملك ویادر اثر یبوست مزاج وسایر امراض باشد . در هر صورت نوشیدن یك فنجان چای گرم وانداختن دستمال مرطوب بآب سرد به پیشانی واستراحت در اطاق آرام وبی صدا که هوای آن معتدل باشدوخوردن یك خوراك فناستین مفید است .

طپش قلب یعنی زدن قلب بطور فوق العاده ومحسوس وعلل آن صدمه یاغصه والم ناگهانی یاسوء هضم وباترش شدن غذا وبا امراض خود قلب میباشدوعلائم آن زدن قلب وبی ترتیبی عمل آن است وبعضی اوقات باندازهٔ شدید میشود که تمام سینه مرتعش وظاهر بدن حمله آنرا نشان میدهد وگاهی عرق در پیشانی وسر ظاهر میگردد . ضربان قلب عموماً درشب عارض میگردد که در آن حال میبایستی یك خوراك جوش شیرین

Bicarbonate of soda یایك قاشق چای خوری (سال ولاتیل) Salvolatile در نیم استیکان آب صرف نمود . اشخاصیکه مبتلا باین مرض میباشند باید عمل هضم را مرتب نگاهداشته و از شرب و تدخین احتراز و بطبیب مراجعه نمایند

میخچه روئیدن قسمت شاخی جلد است و علت آن فشار پی در پی بیك قسمتی از بدن میباشد . دربین پنجه های پا که عرق زیاد میکند میخچه نرمی بروز میکند برای معالجه باید آنرا با آسید سالیسیلیك Acid Salicylic مخلوط با کلدین collodion تدهین کردو خمیری لای پنجه های پا گذارد . برای رفع میخك گذاردن پادر آب گرم وسوهان کردن و بریدن آن نیز معمول است ولی بهترین علاج همان سالیسیلیك کلدین است

کروپ انقباض عضلات حنجره است که در اثر صدمه خوردن آن عارض میشود این مرض در اثر سرما خوردگی پیدا شده ودر صورتیکه مقدمه دیفتری Diptheria نباشد شربت اپیکا Ipecacuanha-iwne مفید است اما از آنجائیکه فرق مابین کروپ ساده و کروپ دیفتری باسانی نمی‌- توان داد و شربت اپیکا برای مرض اخیر مضر است لذا احسن مراجعه بطبیب است

کری گوش کری بر چند قسم است اولا کری هر دو گوش در موقع ولادت که بواسطه نقص رشته اعصاب است دوم کری که در اثر بزرك شدن پیاز بینی به اطفال عارض میشود سوم کری که در نتیجه جمع شدن چرك وفساد در گوش حاصل میشود در این حال یکی از دو گوش سنگین تر از دیگری وعموماً در کبرسن عارض میگردد . بهترین دوا

برای رفع آن سالیسیلات salicylate و کنه کنه است . شستشو دادن گوش در موقع بروز کری مفید است و بطریق ذیل باید انجام گیرد : قدری روغن زیتون باید در موقع خواب در گوش چکانید وقدری پنبه در آن گذارد بعد صبح پنبه را بیرون آورد و در مقداری آب جوشیده که بحد معتدل گرم باشد یك قاشق چای خوری نمك طعام ریخت و لگنی زیر گوش نگاه داشت وبوسیله آب دزدك با آب نمك مزبور گوش را شستشو داد در این حال میبایستی حولهٔ روی شانه انداخت و سر را بالا وپائین آورد واین عمل را باید تاچند روز ادامه داد تا گوش بازشده رفع کری بشود

ضعف که دراثر نقصان عمل قلب واقع میشود علتش متعدد است از قبیل الم وغصه ورفتن خون زیاد از بدن وتنفس در هوای کثیف ومرض قلبی وعجله وشدت درکار وعموما مدت آن کوتاه وقصیر است و ندرة منتهی بمرك میشود . در موقع حمله آن سر مریض را باید پستی وپاهای اورا بلند نگاهداشت ودستمال تر بصورتش انداخت وادکلان بچهره اش پاشید

فقرالدم یاکم خونی که غالباً دختران جوان بدان گرفتارند وچهره آنهارا زرد مایل بسبزی نشان میدهد بواسطه عدم هوای صاف وورزش عضلی وعدم غذای موافق وبامرض سل ویا رماتیزم میباشد و علائم آن پریدگی رنك صورت وبی رنگی لب ها و لثه ها وتنگی نفس و ضعف و عدم اشتها ووجود سوء هضم است در صورتیکه علت سل ریوی و روماتیزم نباشد بوسیله استراحت وزندگانی در هوای آزاد واستعمال جوهر آهن وپاك نگاهداشتن معده رفع میشود . بهترین طریقهٔ استعمال جوهر آهن چهل قطره Tincture of percloride تنور پرکلرید در ده شیر لیموناد است که باید بعد از هرخوراکی بیاشامند

حمله زردابی علائم آن سردرد استفراغ وبدبنظر آمدن محیط می‌باشد وعلت آن عیب باصره وکثرت کار مغزی و قلت ورزش است در موقع حمله زردابی شخص غذائی را که در معده است استفراغ میکند و اگر مجدداً شروع شد آنوقت محتویات معاء دقاق باروده های باریك نیز بامقداری زرد اب خارج میشود. طریق معالجه آن استراحت در اطاق تاریك ونوشیدن چای میباشد ودر صورتیکه پی‌درپی این حالت بروز کند چشم‌هارا باید بکحالی نشان داد وعینکی بدستور او استعمال نمود و ضمناً ورزش نمود وغذای سبك تناول کرده از قرائت در نور ضعیف اجتناب نمود. علائم دیگر حمله زردابی زرد رنگی ادرار وبیرنگی مدفوعات وسر درد میباشد وطریقه عملی برای جلوگیری آن غذای سبك وورزش در هوای آزاد است

زکام - زکام بنفسه مرضی است ولی ممکن است مقدمه آنفلوانزا نیز باشد. دوره زکام نه‌روز است ودر صورتیکه بیش ازآن طول بکشد باید بطبیب مراجعه نمودزیرا ممکن است منجر بسل سینه گردد. برای جلوگیری از زکام ورفع آن زندکانی در هوای خوب استحمام در آب سرد درصبح ها وغذای سبك سریع الهضم و لباس کافی وکفش صحیح مفید است

سل مرض ریوی است وابتلاء بآن بواسطه میکروبی است که معروف بباسیل سل Tubercle baccilus میباشد این مرض یاارثی است ویادرنتیجه کار کردن در اطاقهای دربسته وکارهائی که متضمن استنشاق گرد وخاك زیاد ویا زندکانی دراماکن پرجمعیت یازیادی شرب یاغذای غیرمکفی یاتوالدوزایش پی‌درپی یاارضاع وشیر دادن زیاد پیدا میشود. بوجود آمدن از

والدین مسلول علت مسلول بودن نمیشود همچنین معاشرت با اشخاص مسلول هم
همیشه شخص را مسلول نمیکند زیرا بسیار اتفاق افتاده که فردی از
اعضاء یك خانواده مسلول بهیچ وجه بمرض مزبور مبتلا نشده و جان از
میان بسلامت برده است . بیشتر جوانها بمرض سل مبتلا میشوند ولی در
هر سنی ممکن است شخص مبتلا بآن شود و میشود گفت اغلب پیر مرد
هائیکه بسرفه دائمی گرفتارند مبتلا بمرض سل میباشند منتهی سل آنها سبك
است و مهلك نیست . مرض سل بوسیله خوراك و هوا بسایرین سرایت
میکنند اشخاص مسلول بوسیله تنفس و سرفه هوارا دارای میکرب سل
کرده و در صورتیکه اخلاط سینه آنها بزمین و اطراف بیافتد و خشك شده
مبدل به گرد و جزو هوا شود بیشتر مسری میگردد . وسیله دیگر سرایت
آن شیر گاو است چه بعضی گاو ها مبتلا باین مرض هستند و چون
شیر آنها آشامیده شد شخص را مبتلا بسل میکنند در اینصورت
شیر را باید کاملا جوشانید که میکروبهای آن کشته شود .
مقدمات ابتلاء بسل ریوی متعدد است اولا ریختن زکام بسینه که دوام
پیدا کرده بهبودی نپذیرد . ثانیاً کم شدن قوای بدن که توأم با کم خونی
وسوء هاضمه و نحیف شدن باشد . ثالثاً دفع ناگهانی خون از ریه . رابعاً
مرض آنفلوانزا و سیاه سرفه و غیره و علائم آن سرفه و تحلیل رفتن بدن و
عرق کردن در شب و بالا رفتن درجه حرارت در خواب میباشد . مرض
سل ممکن است چند ماه یا چند سال طول بکشد و در صورتیکه از ابتدا
در صدد رفع و جلوگیری آن برآیند بهبودی از آن محتمل است . اشخاصی
که از خانواده مسلول پیدا شده اند باید خوراکهای مقوی خورده و
در هوای باز بیرون شهر سکنی گزینند همچنین اطاق خواب آنها باید

دارای هوای تازه و صاف باشد وشغل آنها نیز سبك باشد و کثیف و متضمن تنفس در هوای گرد و خاك دار نباشد اینگونه اشخاص باید از شرب مشروبات الکلی اجتناب کنند. برای معالجه سل اجتناب از شرب و زندگانی کردن در هوای آزاد و خوردن خوراك های مقوی پرچربی و استراحت زیاد مفید است . مبتلایان باین مرض باید در اطاق مخصوص بخوابند و شب کلاهی که سر و گردن آنها را بپوشاند در موقع خواب بسر گذارند واخلاط سینه رافرو نبرند بلکه آنرا در تیکه نمدی دفع وبعد آن تیکه نمد رابسوزانند یا ضد عفونی نمایند . اطاق مسلولین هر روزه باید با پارچه مرطوبی گرد گیری شود و همینقدر که بهبودی در حالت آنها مشاهده شد باید شروع به ورزش کرده و بتدریج زیاد کنند. موت از مرض سل عموماً پس از خستگی فوق العاده یا حزن ناگهانی یا دفع خون زیاد از ریه واقع میشود.

بواسیر در نتیجه بزرگ شدن ته ورید های مقعد است که در اثر جمع شدن خون در قسمت سفلای معاء غلاظ و عدم جریان معمولی آن در اینقسمت حاصل میشود وبعد این غده ها بزرگ شده داخل مقعد میشوند و بعضی اوقات در موقع عمل مزاج بیرون میایند کهدر اینصورت باید شستشو داد و با پارچهٔ که روی آن وازلین مالیده شده باشد آن ها را بملایمت بجای خود گذارد و در صورتی که خون زیاد جاری شود باید بوسیله انجکسیون قبض کننده از جریان خون جلو گیری و بواسیر را باهزلین Hazeline تدهین نمود — در موقع حمله بواسیر از نشستن درروی صندلی یا چهار پایه باید پرهیز و در رختخوابی استراحت کرد وغذاهای سبك ورقیق خورده و داخل مقعد را با بلادنا و گلسیرین چرب نموده و در صورتی که زیاد بزرگ باشد باید برای عمل بطبیب مراجعه کرد

آنفلوانزا مرضی است مسری که بوسیله هوا یا معاشرت بسایرین سرایت میکند علائم آن بالا رفتن درجه حرارت بدن به ۱۰۳ درجه فر نهایت وبروز کمر درد میباشد پس از بروز مقدمه آن حالات وعلامات آن فرق میکند در بعضی ها برنشیت و در برخی قی واسهال و در بعضی سر درد سخت و بیخوابی بروز میکند . مدت آنفلوانزا غالباً کوتاه است مگر امراض دیگر نیز توأم باآن باشد در تعقیب آنفلوانزا ممکن است مرض سل نیز بروز نماید مریض آنفلوانزائی باید از سایرین مجزا شده و در اطاق مخصوص جای داده شود خوراك او باید سریع الهضم ورقیق ومقوی باشد که درهر دوساعت یکمرتبه درروز وهر چهارساعت یکمرتبه درشب باو بخورانند وتامدتی که بدن بحرارت طبیعی خود نرسیده بر مریض استراحت دررختخواب فرض است و در صورتی که استفراغ زیاد عارض مریض شود خوراکهای پیتن دار باید باو بدهند

برنشیت ممکن است موقتی یا دائمی و همچنین تنهـا بوده یـا مقدمه مرض دیگر باشد این مرض عبارت از ورم پوست داخلی حنجره است و علائم آن احساس خشکی و خشونت در بالای سینه و سرفهٔ که در ابتدا خشك و کم و بعد دارای اخلاط است میباشد برای رفع باید دراطاقی که درجه حرارت آن ۶۰ درجه در زمستان و ۶۵ درجه فرانهایت در تابستان باشد استراحت نمود وهوای آن رابوسیله آبی که در حال جوشیدن باشد مرطوب نمود و مخصوصاً در صبح ها مواظبت کرد که اطاق سرد نشود و حرارت آن کم نگردد و خوراك مریض میباید سبك و زود هضم باشد . این مرض در صورتیکه درجوانان بطول انجامد ممکن است منجر بسل ریوی شود لذا در اینحالت باید بطبیب مراجعه کرد. اشخاص مسن

عموماً به برنشیت دائمی گرفتارند . اشخاصیکه درهواهای مختلف زندگانی نموده اند برای جلوگیری از ابتلاء باین مرض باید لباسهای پشمی در زیر لباس روئی بپوشند و مخصوصاً سینه را گرم نگاهدارند

ترش شدن غذا ـ ترش شدن غذا درمعده یك نوع سوء هضم است که بواسطه تولید اسید در معده عارض میشود علائم آن سوزش قلب و نفخ شکم و آمدن آب تلخ بدهان از معده است برای رفع آن بایدیك قاشق چای خوری جوش شیرین Bicarbonate of soda دریك فنجان آب صرف نمود .

جوش صورت ـ عموماً در صورت جوانان جوشهائی که سرآنها سیاه است ظاهر میشود و در صورتیکه فشار داده شوند یك جسم سفید کرم مانندازآنها بیرون میاید . برای رفع آن باید صورت را دو سه مرتبه درروز با آب گرم وصابون شست وباممزوج یك قاشق چای خوری پرسیپیتات دسفلر Percipitate ot Sulphur و یك قاشق چای خوری تنتور کافور tincture of comphor و یك قاشق چای خوری گلسیرین و هشت قاشق گلاب تدهین نمود

ضعف مچ پا ـ بواسطه بیقوه بودن این قسمت بدن است که در اثر آن پی در پی در موقع حرکت پا کج میشود برای رفع آن باید روزی چند مرتبه از پله ها بالا و پائین رفت و جست و خیز زیاد نمود و از ایستادن زیاد پرهیز کرد و برای جلوگیری نباید متوسل به پوتین و نیم چکمه گرد

قی سوبی ـ بواسطه پاره شدن یکی ازرگهای معده است وتاآنکه طبیب برسد مریض را باید روی نیمکت یا زمین آرام نگاهداشت و یك

کیسه پر از یخ روی شکم او گذاشت و مریض را وادار بمکیدن مقدار کمی یخ نمود

سرگیجه در صورتیکه بواسطه نگاه کردن از بلندی‌زیاد بپستی نباشد علت سوء هضم و بیترتیبی عمل معده و کم خونی است

سکسکه بواسطه صدمه خوردن معده‌است‌وبرای‌رفع‌آن باید کمی آب سرد نوشید و نفس را نگاهداشت ودر صورتیکه باین وسیله رفع نشود باید یك قاشق جوش شیرین دریك فنجان آب میدل نمود سکسکه دردوره ناخوشی طولانی قابل توجه است و در آنحال باید بطبیب مراجعه نمود

خمیازه ـ علت ومقصود حقیقی‌خمیازه معلوم‌نیست . غالباً درحال استماع نطق های مفصل وادبی و مشاهده خمیازه کشیدن دیگران وبعداز رفتن‌راه‌زیاد و یافوتبال خمیازه عارض‌میشود . توقف دراطاق های‌مرطوب و بد هوا خمیازه میاورد و وقتی که پی در پی و مدام عارض شود دلالت بر کم خونی و خستگی اعصاب میکند

عطسه ـ عطسه غالباً در اثر سرما خوردگی عارض میشودولی‌ممکن است‌مقدمه سرخك و آنفلوانزا باشد . استنشاق بخار آب جوش و کافور در هر حال مفید است و در صورتیکه ادامه پیدا کندد‌لالت بربی ترتیبی عمل هضم کرده و در آنصورت دوای مقئی علاج آن رامینماید

خرخر کردن ـ خرخرکردن اطفال درخواب بواسطه بسته بودن منخرین است که باید بطبیب مراجعه نمود وخر خر کردن اکثر درنتیجه بر پهلو خوابیدن و بستن دهان بوسیله چانه بند و تنفس از ... رفع میشود

مار گزیدگی ـ لسع مار بواسطه‌صدمه‌زدن بسلسله اعصاب انسان

یا حیوان راهلاك مینماید وقتی که مار شخصی رابزند باید ریسمانی نزدیك بزخم مابین قلب و عضو گزیده شده بست و باین وسیله از جریان خون زهر آلود بقلب ممانعت نمود . زهر رابوسیله مکیدن ممکن است ازبدن خارج کرد ولی برای شخصی که مکیدن راعهده دار میشود همیشه بیخطر نخواهد بود خصوصا وقتی که ترك در لبها موجود باشد در موقع مکیدن باید احتیاط کرد که زهر داخل در معده نشود و فوری آب دهان را خارج و دهان را شست و آنگاه موضع مار گزیده را با امانیاك مخلوط باب شسته ومریض را گرم نگاهداشت و مشروبات مهیجه باو نوشانید وطبیبی را احضار و سرم ضد زهر استعمـال نمود . در صورت وجود قوت قلب مارگزیدگی غالباً بیخطر است و ضعف و بیحالی بعضی ازاشخاص دراین حال در اثر خوف و ترس است

نروزیته ــ عصبانیت و کج خلقی بعضی اشخاص ارثی است واین گونه مردم اگر رعایت قواعد صحی را نمایند عموما فعال و چابك میشوند عصبانیت عارضی نتیجه بیخوابی و اشتغال زیاد و شرب الکل و تدخین تنباکو و شرب چای و عدم هوای آزاد و وجود یبوست است و درهرحال باید علت را جست ودر صدد رفع آن برآمد وبعضی دوا ها از قبیل آرسنیك برای تخفیف عصبانیت تجویز شده اند

مالاریا ــ تب نوبهٔ دراثر میکروبی‌است که بوسیله پشه مخصوصی نشر و باشخاص سالم سرایت میکند . این نوع پشه خون مریض مالاریائی را مکیده و چون ببدن شخص سالم نشست میکرب مالاریا را با آب‌دهان خود داخل خون او نموده و باین ترتیب مرض مزبور را نشر میدهد و چون این قسم پشه در باطلاقها و آب های راکد تولید می شود از اینرو

دریاچه ها و اصطلخ های مجاور شهر ها را خشك کرده ویـا نفط روی آنها میریزید . اشخاصی که در اماکن باطلاقی و مالاریائی سکنی دارند .بایستی شبها پنجره های اطاق خود برای منع ورود پشه تور بیا ویزند و بعد از غروب آفتاب از اطاق خارج نشده و در پشه بند بخوابند . علاج مالاریا گنه گنه است و چون مبتلایان بمحلی که در آنجـا مالاریا وجود ندارد مسافرت نمودند بواسطه داخل نشدن میکربهای جدید ببدن و مردن میکرب های سابق که در اثر خوردن گنه گنه حاصل میشود شفا مییابند

غشی ــ غشی عبارت از حرکات شدید و بلااراده است که در آن حال انقباض و انبساطی در عضلات پیدا شده محکم و سخت میشوند . علل غشی صدمه خوردن سلسله اعصاب و جریان خون کثیف بمغز یـا صدمه خوردن خود مغز میباشد و بنا بر این دندان در آوردن اطفال و خوراك های غیر قابل هضم یا کرمهای معوی یا بودن سنجاق در لباس طفل باعث حمله مزبوره شده و در موقع بروز باید طفل را در آب گرمی که خردل داشته باشد نگاه داشت باندازهٔ که احساس مور مور دردست پرستار شود و در صورتیکه مراجعه بطبیب ممکن نباشد میبایستی متعاقباً ملینی بطفل خورانید

گوش درد ــ گوش درد در اثر بیرون آمدن دندان عقل یا مجروح شدن قسمت داخلی یا خارجی گوش است و در صورتیکه در نتیجه معاینه عیبی در دندانها رؤیت نشود یکقطره گلسیرین گرم ویا یکقطره از ممزوج کربالیك با سی مقابل گلسیرین و یالدانم مخلوط بهشت برابر گلسیرین باید در گوش چکانید و اگر درد ساکت نشود و یا ساکت شده ولی جریان ماده ادامه پیدا کندآنوقت مراجعه بطبیب لازم میشود و در صورتی که

ماده فقط از یك گوش جاری شود دلالت بر داخل شدن جسم خارجی بگوش میکند که از بیرون آوردن آن غفلت شده . اگر چیزی داخل گوش شود ازقبیل منجوق و غیره باید گوشی که آن چیز داخل شده بطرف پائین نگاهداشت و بگوش دیگر زد و لی همیشه از این عمل مقصود حاصل نمیشود و در آن صورت باید بشستشوی گوش با آب دزدك بنحویکه در تحت عنوان کری گوش شرح داده شده پرداخت و اگر آنهم بی ثمر واقع شد مراجعه بطبیب لازم میشود ولی باید دانست اگر جسمی که داخل گوش شده حبوبات ازقبیل نخود و ماش باشد شستشو مضراست زیرا بواسطه رطوبت متورم و بزرگتر شده اخراجش مشکلتر میشود و همینطور استعمال سنجاق زلف و امثال آن برای بیرون آوردن اجسام از گوش خطرناك میباشد زیرا ممکن است بطبل گوش صدمه زند . حشرات وقتی که داخل گوش شوند از پرده طبل جلوتر نمیروند ولی بواسطه فشاری که بپرده مزبور وارد میاورند بگوش درد سخت عارض میشود وچون حشرات تنفس میکنند لذا برای خفه کردن آنها باید گوش را مملو از روغن زیتون و لدانم کرد و قدری پشم بدرب گوش گذارد و پس از یکساعت پشم را بیرون آورده و برای آنکه جسم حشره خارج شود باید بوسیله آب دزدکی شروع بشستشو باآب نمك نمود و اگر مؤثر واقع نشود باید بطبیب مراجعه نمود . خوردن بعضی دوا ها از قبیل گنه گنه و سالیسیلات باعث صدا کردن گوش میشود و اشخاص مجنون که گوششان صدا میکند درد ماغشان تعبیر بصدای دوستان و دشمنان شده و یا آن را آواز ارواح پلیده و یا خیر می پندارند

سکته ــ سکته بواسطه پاره شدن شریان و ریختن خون بد ماغ عارض

میگردد که در نتیجه قسمتی از مغز خراب وفاسد میشود . جمع شدن ماده گچی در دیوار شریان باعث ترد شدن آن میشود و وقتی که شخص دارای قلب فعال وقوی بود آنوقت این عارضه رخ میدهد وکسانیکه مستعد ابتلاء بآن هستند اشخاص مسن وپرکار ونقرسی وبداخلاق اند .

سکته غالباً پس ازخوراك سنگین ودرحین خشم عارض میشود و علائم آن بیهوشی وبیحالی طولانی است و در آنحال تنفس پرصدا وقوه ماسکه سلب شده بول وغایط بلااراده خارج میشود ونصف بدن محکم وسخت ونیم دیگر سست ولخت میشود . در صورتیکه بهبودی پیدا شود مریض قسمتی یا تمامی مشاعرخودرا دوباره پیدا کرده ولی نصف بدن فلج میشود آنگاه پازودتر ازبازو وبازو زودتر ازدست شفا می یابد وحرکات دقیق دست که در اثر تعلیم وتربیت پیدا شده اگر بر گردد متعاقب بهبودی سایر اعضاء خواهدبود ودرصورتیکه قسمت راست بدن فلج شود درتکلم ونطق مؤثر خواهد بود . بعداز عارضه سکته حرکات چشمها مرتب وتوأم وطرف فلج شده دارای حس خواهد بود وپس از گذشتن دوماه از تاریخ سکته مریض بکمك عصائی قادر براه رفتن میشود .

وقتیکه سکته عارض شود باید یقه مریض را باز کرد و سرش را بلند نگاهداشت وبطری آب گرم بپاهای او گذارد و برای آنکه پاها نسوزد باید بطریها را درماهوت پیچید ومریض را بریهلو خوابانیده و ۲ ۳ سانتیگرم کلمل زیر زبان او گذارد وبهیچوجه مهیجی باونبایدداد . جلوگیری از عارضه سکته دراثر پاك نگاهداشتن امعاء ومحدود کردن شرب الکل وخوراك وخودداری ازحرکات شدید وخشم حاصل میشود .

بدبوئی دهان ـ تعفن نفس ممکن است در اثر عدم صحت دندان

و حلق و یا معده باشد و در بعضی اطفال از دخول یك جسم خارجی به بینی و ماندن آن در آنجاست و در صورتی که تعفن نفس از خرابی لثه و دندان و یا حلق باشد شستشوی دهان با ممزوج ذیل نافع و در رفع آن مؤثر است: تنورمرمکی ۲۰ قطره Tincture of myrrh گلسیرین براکس ٤ گرم آب ۲۹ گرم

صرع ــ صرع یاسرسام مرضی است که توام با ضعف وغشی است در صرع خفیف بیهوشی و حرکات بلااراده عارض شده ولی شخص بزمین نمیخورد ولی در صرع شدید حمله بازمین خوردن توأم است . علل ابتلاء بصرع شرب وسیفیلیس یا معتاد بودن والدین بالکل ویاضغطه بسر ویاپیداشدن از والدین مصروع است وسنی که درآن ابتلاء بصرع متحمل است ازطفولیت الی پانزده است ولی ممکن است تاشصت سالگی نیز مبتلا بان شوند وچهار مرحله دارد اول مقدمه دوم شدت سوم غشی چهارم بهبودی . در دوره مقدماتی احساساتیکه دلالت برعارضه صرع میکنند در شخص پدیدار گردیده وفرصت کاملی برای او در آماده کردن خود برای حمله موجود است ولی درمراتب دیگر این فرصت مفقود وحمله دفعة عارض شده ودر آنحال مصروع ممکن است درآتش افتاده بسوزد ویا درآب غرق شود. علائم مرض دردوره اول عبارتست از دوار وسرگیجه وصدا کردن گوش وآشوب معده و جستن برق از چشم وهجوم افکار جنون آمیز ودر آنحال مصروع بازوی خودرا بلند کرده فریاد میزند وبعقب رفته ویا بدور خود میچرخد . در مرحله دوم عضلات ممتد و تنفس مشکل شده مریض مفاصل خودراجمع ودراز کرده زبان را بیرون آورده وتو میبرد ودهان بسته وباز وسر زبان جویده شده ادرار وغایط ازاو دفع میشود و این حالت بیش ازدودقیقه

طول نکشیده وپس از آن شخص بهوش میاید ولی اگر حمله پی درپی عارض شود خطرناك ومنجر بهلاکت میگردد . پس ازحمله صرع گاهی جنون موقتی عارض ودر آنحال ممکن است مصروع مرتکب جنایات شود. در حال حمله باید سعی کرد مریض خودرا صدمه نزند ولی ترسی از صدمه زدن بدیگران نباید داشت . در موقع حمله باید تکمه های لباس را باز کرد وسروپاها وبازوهای مصروع را سخت نگاهداشته بزمین فشار داد ودسته مسواك یاچوب پنبه ویا سنگی را در دستمال پیچیده ومابین دندان ها گذارد که باینوسیله جلوگیری از جوبدن زبان شود . اشخاص مصروع باید توجه مخصوص بجهاز هاضمه خود داشته از شرب پرهیز نموده درخارج شهرسکنی گزینندو مشاغل آنها باید از قبیل گل کاری وباغبانی باشد وروی آتش خم نشده و بجاهای مرتفع نروند وتنها نمانندودرصورتیکه حمله پی درپی واقع شود باید بدستور طبیب (برومید) بمصروع دادولی چون این دوا شخص را مهمل وکسل وصورت را پف آلود میکند لذا در صورتیکه حمله صرع شش ماه یاسه ماه یکمرتبه واقع شود مرض را باید ترجیح باستعمال دوای مزبور داد . در صرع قوای دماغی غالباً محفوظ میماند وبعضی از مصروعین ژنی ونابغه میشوند چنانکه ناپلیون وقیصرروم وبرخی از انبیاء مصروع بوده‌اند.

ضیق النفس مرضی است که توأم با حمله های تشنجی و تنگی نفس است ودر طفولیت یادر کبر سن عارض وغالباً با امراض دیگرازقبیل برنشیت یامرض قلب همراه میباشد ودر صورت عدم مرض دیگر دلالت براختلال عصبی خانوادهٔ میکند که شخص از آن پیدا شده . مقدمات ضیق النفس مختلف وغالباً شبیه بمقدمات حمله زردابی است وبیشتر در

شبها عارض میگردد ودر آنحال نفس تنك شده وحركات جهاز تنفس بمنتهای شدت خود میرسد و باوجود تمام مساعی برای نفس کشیدن هوای مختصری داخل ریتین شده وکمتر از آن خارج میشود ونفسهای طولانی وپر صدا وصورت کبود شده عرق میگذارد وسر انکشت ها سرد گردیده ونبض بسرعت میزند وپس از سرفه زیادی شخص باحال خستکی بخواب میرود . مدت حمله آن از چند دقیقه الی چند ساعت است وممکن است در یکشب چندین مرتبه عارض شود . علاج آن باختلاف امزجه فرق میکند بعضی دواهاازقبیل یکخوراك سال ولاتیل sal volatile واستنشاق دود کاغذ شوره Nitre paper یاشوره مخلوط باگرد استرامونیوم Stramonium powder مفیداست ادویهٔ اخیررا ممکن است بشکل سیکار بکشندویا آنکه درظرفی سوزانیده دود آنرااستنشاق کنند . تعیین چیزهائیکه حمله ضیق النفس را تحریك میکندمنوط بتجارب شخص است وآنهاعموماً یبوست وفکر زیاد وخستکی دماغ و خوراك سنکین بطی الهضم میباشند .

سرخك ــ سرخك مرضی است که میکرب آن باشخاص سالم بوسیله معاشرت وملبوس واسباب بازی مریض سرخکی سرایت میکند و غالبا اطفال باین مرض مبتلا میشوند ومخصوصا دربهار شایع است وچون یکدفعه عارض شد در آتیه طفل از آن مصون میماند ولی اطفالی دیده شده که دوسه مرتبه بان مبتلاشده اند. علائم آن درابتدا جریان آب ازچشم و دماغ وعطسه وسرفه است وبعد از آن درمدت سه روز تاولها یاجوشهای کوچك قرمز ویاتیره رنك در پشت گوش ظاهر میشود واین تاولها بزرك شده بیکدیکر متصل ولکه هلالی شکل تشکیل میدهند و آنکاه درعرض یکهفته شروع بخشك شدن وسقوط کرده و جای آنها در بدن میماند .

درروز بروز سرخك حرارت بدن به ۱۰۲ الی ۱۰۳ درجه فرنهایت رسیده‌ودر روز دوم حرارت‌پائین آمده بهبودی در حال مریض مشاهده میشود ولی روز سوم مجددا حرارت زیاد شده وتاروز پنجم بیك حـال باقی میماند و آنگاه در عرض سی وشش ساعت بتدریج حرارت پائین آمده وطبیعی میشود ومریض بهبودی حاصل میکند ودرصورتیکه تاروز دهم حرارت بدن طبیعی نشود دلالت بروجود امراض دیگر از قبیل ذات الریه و اسهال میکند وذات‌الریه‌دراثر جوشهائی است که از دهان وبینی به قصب‌الریه وخود ریه ممتد میشود ودر صورتیکه منخرین‌موقع تنفس فراخ وتنفس باعجله وصدا ضعیف گردد بوجود آن باید مظنون شد وفوری بطبیب مراجعه نمود . مریض سرخکی را باید از سایرین سوا کرد ودر اطاقی مخصوص که هوای آن گرم باشد جای داد ولی خود مریض را نباید زیاد گرم نگاهداشت زیرا خطای محض است . لباس طفل سرخکی بایستی ماهوت بوده وتا دو روز بعد از پائین آمدن درجه حرارت بدن از رختخواب خارج نشود . در حال مرض غذا باید شیر مخلوط باب جو وگوشت و تخم مرغ خام زده شده باشد وبرای آنکه طفل مبتلاباسهال نشود باید میوه ولیموناد بحد اعتدال خورانید و ازهمین نقطه نظر مسهل هم باید باحتیاط داده شود . دوای سرخك عبارت است ازممروج یك‌ونیم قاشق چای خوری باهشتاد قطره کربنات‌دوامانیا Carbonate of ammonia و ۲۹ گرم شربت ایپکا Ipeca‌cuanha wine و ۱۲۶ گرم گلسیرین‌و ۳۴۸ گرم آب مقطر . در صورتیکه طفل سنش کمتر ازدوسال باشد بایدازممزوج فوق هرچهار ساعت یکمرتبه یك‌قاشق چای‌خوری باو نوشانید ودر صورت بزرگتربودن سه‌قاشق کافی است

مریض سرخکی را باید از نور زیاد محفوظ داشت وبرای این مقصود باید اطاق تاریك باشد وچراغ را درشب نزدیك چشم او نبرند ودر مدتیکه تب شدید است باید درحمام گرم طفل را شستشو داد ووقتیکه بهبودی حاصل شد اورا بافتاب رو برده وقبل ازرفتن بمدرسه در خارج شهر گردش دهند وبرای تحصیل قوای ازدست رفته مالت ماهی یاروغن ماهی باو خورانند

مخملك — مخملك مرضی است که میکرب آن در نتیجه نزدیك شدن ومعاشرت بامریض وملبوس اوسرایت میکند ولی نشرآن بوسیله هوا فقط تامسافت کمی است . این مرض در اواخر پائیز شیوع دارد و در موقع بروز آن سردرد یاگلو درد ویا استفراغ وباهرسهٔ آنها ظاهر میشود وچون این حالات درطفلی مشاهده شود باید اورا در اطاقی مخصوص جای داده از سایرین سوا نمود . درروز دوم درظرف چندساعت نقطه های قرمز روشن رنك نزدیك بهم در بن گردن وبالای سینه وبعد در تمام بدن وغالباً باستثنای کف دست ها وپاها ظاهر میشود ودر کشهای ران وزیر بغل بخصوص بکثرت دیده میشوند وصورت بواسطه پریدگی رنك اطراف دهان برافروخته بنظر میرسد و زبان را پوست سفیدی مستور نموده و جوش قرمزی باندازه سر سنجاق درنوك آن دیده میشود . بعضی‌ها سوء هضم وبروز جوشهای معمولی وجوشهای سرخك را مخملك تصور میکنند ولی درهر حال سوا کردن مریض از سایرین تاپدیدار شدن آثاریقینیه لازم است . در تب مخملك نبض تند زده وحرارت بدن بالا میرود ودر روز پنجم و ششم تخفیف یافته وپوست از گردن وگوشها شروع بعوض شدن میکند ودر عرض شش الی هفت هفته تمام پوست بدن ریخته و تجدید میشود ودر اینمدت ومدتیکه ماده از دماغ وگوشها خارج میشود

این مرض مسری است . مخلك درصورت ضعیف بودن کم رنج ودرد است ودر حال شدت باامراض دیگر از قبیل ورم گلو وجریان ماده از گوشها وورم کلیه توأم است . مریض مخلکی بهتر آنکه مریضخانه برده و تا سه هفته در آنجا نگاهداشته شود ودر صورتیکه مریضخانه در محل نباشد و دسترسی هم بطبیب نداشته باشند بایدنکات ذیل را مد نظر قرار داده اجری نمایند: ۱ - هوای اطاق مریض را هرچند ساعت یکمرتبه تجدید نمایند . ۲ - مریض رابایدتاروز دهم در رختخواب بخوابانند ووقتیکه درجه حرارت بدن طبیعی شد اورا بآفتاب رو برده وبحال خود گذارند ولی هرچند ساعت یکمرتبه باید استراحت نماید . ۳ - شیررا با سیفون مخلوط کرده هر چهار ساعت یکمرتبه در شب و هر دو ساعت یکمرتبه در روز باو بنوشانند ودر صورتیکه اظهار تشنگی کند آب بالیموناد باو دهند ولی شیر دادن را باید بفواصل مذکوره در فوق منحصر نمایند وپس از آنکه حرارت بدن طبیعی شد تخم مرغ ونان وشیر وکره وبخ در بهشت نیز میتوان بمریض داد وپس ازچندی گوشت ماهی وبعدگوشت گوسفندباید باو بدهند ودر آنوقت نارنج و انگور نیز مفید خواهد بود . ٤ - اگر مریض دارای باغی است بعد از سه هفته باید اورا بیرون برده ودر آفتاب بنشانند ودرصورت عدم آن باید درتمام مدت مرض دراطاق خود متوقف بوده خارج نشود . ٥ - پس از آنکه حرارت بدرجه طبیعی رسید دوشب در میان میتوانند مریض را بحمام گرم ببرند که پوست انداختن تسریع شود ولی دقت کامل باید کرد که سرما نخورد و وقتیکه حرارت به ۱۰٤ درجه فرنهایت رسید استحمام درآب نیم گرم برای ده دقیقه وهر چهار ساعت یك مرتبه لازم است . ٦ - درصورت شدید بودن مرض قدری پشم باید بقلمی محکم

بپیچید ودر کلسیرین که یکمقابل آب بان مخلوط شده باشد فروبرد وهر دو ساعت یکمرتبه با آن گـلورا پاك وهر دفعه پشمرا تجدید کرد وتیکه پشم مستعمل را فوری سوزانید . ۷ ـ اکر کردن متورم شود بـاید قدری پشم روی ورم کذارد وبادستمالی آنرا بست . ۸ـ اکر کوش درد عارض شود هفت مثقال روغن زیتون با یکمثقال لدانم باید مخلوط کرده وهرچهار ساعت یکمرتبه چند قطره از آن در کوش چکانیده وکوش رادر پارچهٔ بست ودر صورتیکه ماده از کوش خارج شود باید قدری پشم زیر کوش کذارد وروزی دو مرتبه آنرا تجدید کرد وکوشهارا با آب نمك خفیف کرم بوسیله آبدزکی روزی دومرتبه شستشو داد وجریان ماده غالبا تاچند هفته ادامه دارد ودر بعضی کری موقتی نیز عارض میشود ـ ورم کلیه در مخملك اکرچه خفیف و سبك باشد قابل توجه است و بیشتر در هفته سوم وچهارم عارض میشود لذا ادرار مریض را باید در کیلاسی ریخته ودر آفتاب امتحان نمود ودر صورتیکه درد قرمز ویا آجری رنك ته نشین کـند بوجود آن باید مظنون شد واکر ادرار دودی ویا رنك شرابشود چارهٔ جز مراجعه بطبیب نخواهد بود و در آنصورت باید لباس ماهوت بتن مریض کرده واورا باستراحت واداشت تا آنکه ادرار برنك طبیعی برکردد ودرصورت خفیف بودن آن باید خوراك زیاد وآب زیاد داد و الکل بهیچوجه نباید نوشانید ودرصورت حدت وسختی یعنی شرابی رنك بودن باید غذای مریض شیر و آب بوده وهر چهار ساعت یکمرتبه ضمادبزرك بکشهای ران اوانداخت . سایر علائمی که دلالت بروجودورم کلیه میکنند عبارتند ازرنك پریدکی واستفراغ ونفخ صورت ومچ پا وکم وزیاد شدن درجه حرارت بدن ودراین حالات باید بدستور فوق عمل

نمود والا ممکن است در اثر قصور قلب و تشنج وقطع شدن ادرار مریض فوت کند وبرأی آنکه مخملك توأم باامراض دیگر نشود باید گفت که هوای آزاد وتازه بهترین وسیله جلوگیری است و این نکتهٔ است مهم ودرمرض مخملك هیچگاه نباید ازنظر دور داشت .

سیاه سرفه — سیاه سرفه مرضی است مسری که اطفال غالباً بدان مبتلا شده وبواسطه نوع سرفه شناخته میشود . آثار آن سرما خوردکی جانب خفیفی درمدت ده روز است و اتفاقاً در عرض این مدت بسیار مسری است و بعد از ده یاچهارده روز سرفه های کوتاه پشت سرهم بدون آنکه نفس دربین آنها کشیده شود عارض و بالاخره باصدای سوت مانند هوا داخل ریتین شده متعاقباً استفراغ رخ میدهد . درابتداء حمله طفل ترسان بطرف مادر و یا پرستار خود دویده و آستین او را میچسبد و رنك او پریده وحالت خفقان عارض اومیشود امراض دیگری که با سیاه سرفه گاهی توأم میشود سل سینه و ذات الریه است و مدت سیاه سرفه مختلف ولی حد اکثر آن شش هفته است و تا وقتی که سینه خس وخس میکند مسری است . در حال سیاه سرفه طفل باید از سایر اطفال سوا شده و در اطاقی که از حیث آفتاب و هوا خوب باشد استراحت نماید و مخصوصاً خوابیدن در ده روزهٔ اول سیاه سرفه برای طفل لازم است و خوراكِ او باید سبك و سریع الهضم باشد وباید پس از رخ دادن استفراغ داده شود و هیچ دوائی بدون تجویز طبیب نباید داد و پس از بهبودی بایستی طفل را بگردش برد

خناق — در مرض خناق اکسیژن خون بسرعت بمصرف رسیده و از اینرو خون سیاه رنك و صورت مریض آبی و بعد تیره میشود . در آن

حال مریض برای تنفس خیلی کوشش میکند و قلب بشدت میزند و رنك آبی مریض بخاکستری تبدیل شده ومتعاقباً تشنج ساکت و بیهوشی عارض شده و اگر مانع تنفس برطرف نشود پس از پنج دقیقه مرك رخ میدهد .

آپاندیسیت ــ در معاء غلاظ باروده‌های کلفت برآمدکی موجود است که بانتهای آن کیسه کرم مانندی متصل و این کیسه جسمی است سفید رنك و دارای سه کره طول و باندازهٔ دهانه آن تنك است که فقط سوزن خیلی باریك بان داخل میشود و چون دست بجیب راست شلوار خود کنیم انگشت های ماروی آن واقع میشود . در داخل این عضو خلط یا مادهٔ تولید که بمعاء غلاظ جاری میشود و چون دهانه آن مسدود کردد خلط مزبور جمع و خشك شده جسمی شبیه بحصه آلبالو تشکیل میدهد و از اینرو بعضی ها کمان میکنند حصه آلبالو و یا حصه انار از معاء غلاظ داخل آن شده در صورتیکه دخول این قبیل چیز ها چنانکه فوقا ذکر شد محال است . همینقدر که خلط جمع وخشك شد وآن جسم راتشکیل داد کیسه مزبور متورم شده و اگر در عرض دو سه روز رفع نشود دملی را تشکیل خواهدداد که بپرده سفاق سرباز کرده وورم سفاق تولید میکند و علائم آن استفراغ ودرد در اطراف ناف ولرز و بالارفتن درجه حرارت بدن است و غالباً یبوست نیز عارض میشود . برای مداوا و معالجه باید بطبیب مراجعه کرد و در صورتیکه ورم تولید شود باید عمل نمود و اگر آپاندیسیت بدون ورم رفع شود پس از بهبودی بهتر آن است که عمل کرده و از ابتلاء مجدد بان آسوده شوند

قولنج ــ کلیك درد شکم سختی است که در اثر بی‌ترتیبی انبساط و انقباض عضلات یکی از اعضاء درونی شکم عارض میشود و سه قسم

مهم آن معوی و کلیوی و زردابی است قسم اول در اثر صدمه خوردن بمعاء دقاق قسم دوم در نتیجه گذشتن سنك از کلیه بمثانه و قسم سوم در اثر گذشتن سنك از غده زرداب بمعاء دقاق است . علائم قولنج در هر سه قسم یکی و آن عبارت است از درد سخت ناگهانی شکم که توأم با عرق کردن پیشانی و سردی پنجه ها و استفراغ است و در آن حال مریض روی زمین غلطیده و از درد و الم ناله و بیتابی میکند و برعکس ورم سفاق وقتی بشکم فشار آورند ساکت میشود . قبل از رسیدن طبیب ممکن است مریض را با پنج سیر روغن زیتون که ۱۰٤ درجه فرانهاست گرمی داشته باشد اماله نمود و ضماد بزرك روی شکم او انداخت . نقاشان بواسطه استعمال سرب گاهی گرفتار قولنج معوی میشوند و حفظ از ابتلاء بآن در اثر شستن دستها با آب گرم و صابون قبل از صرف غذا ست . دوای قولنج خوردن یك خوراك روغن کرچك مخلوط باده قطره لدانم و اماله روغن زیتون و طلایه کردن ضماد بروی شکم است .

نقرس ـ نقرس مرضی است که در آن حال خون دارای املاح قلیائی و اسید یوریك میباشد و چون املاح مزبور در اثر سستی وضعف جریان خون در رگها ته نشین گردد آنگاه در نقاطی که جمع شده ورم تولید میشود . نقرس موروثی و یا در اثر پرخوری و افراط در شرب و مسموم شدن از سرب است و سن ابتلاء بان غالباً پس از سی است ولی ابتلاء بان قبل از سن مزبور در اثر مسمومیت از سرب است و در حالت حاد در شب ظاهر و در آنحال شست پا درد شدیدی گرفته صبح پنجه پا قرمز و شفاف و پوست آن ترد و نازك میشود و تمام پا ورم میکند و فردای آن آثار مزبور در سایر مفاصل بدن خصوصاً انگشت ها و مچ دست و کننده

زانو ها و آرنج ها ظاهر میشود و در ادرار خورده شن دیده شده ووقتی که سرد شود خلط آجر مانند ته نشین میکند . حمله نقرس ده روز طول میکشد و ممکن است تکرار شود ولی در صورتیکه بعداوا پردازند بیش از چهل و هشت ساعت دوام نمیکند و پس ازاسکات حالت مزاجی مریض بهتر از سابق شده وغالبا قبل ازحمله آن گزماوبرنشیت وطپش قلب بروز میکند . در حالت مزمن حمله نقرسی پی در پی عارض میشود و آنوقت مفاصل دائمـا بدشکل شده ورنك پریده وزرد بنظر میـاید و سوء هضم تولید و شریان ها ترد میشود کاهی نقرس با سکته توام است ولی قوای دماغی سالم میماند اشخاصی که از خانواده نقرسی پیدا شده اند بایستی ازشرب و خوراك های گوشت داراجتناب نموده وسبزیجات زیادبخورند واوقات خودرا در خارج شهر وهوای آزاد صرف نموده ورزش زیاد کنند . مردمانی که شغل آن ها متضمن مسمو میت از سرب است مستعد ابتلاء بان میشوند . اشخاص نقرسی در عوض نمك باید سودیم کلرید sodium choloride و یا پتاسیم کلرید potasium choloride با طعـام بخورند این اشخاص بایستی از خوردن مارچوبه و ریواس و ترشی و غذا های دود داده و شراب سیب و شری و آب جو احتراز کرده و در صورت تمایل بشرب ویسکی بیاشامند . در حال بروز نقرس باید غذا را منحصر بشیر نموده استراحت کرد و مرهم هائیکه برای نقرس معمول است استعمال نمود . حمام های قلیائی و مالیدن بهسیرین و ایدین Iodine و تریاك بمفصل ها و مالش آنها مفید و مؤثر است .

دیفتری ــ دیفتری در اثر میکربی است که وارد گلو و دماغ یا قصب الریه شده و در آنجا غشاء سفید و یا خاکستری تشکیل میدهد که

از آن سم داخل خون و با جریان آن بتمام بدن نقل میشود ولی خود میکرب داخل خون نمیگردد وعلت آن تعفن وبوی بدی است که از فضولات و کثافات و فاضل آب برخواسته مجاورین را مستعد ابتلاء بدیفتری میکنند و بنا براین عدم نظافت خانه و ریختن آب هـای کثیف در باغچه و تعفن مبال و چاهك و آب حوض وعدم ازاله خاکروبه و زباله ساکنین آنرا مستعد برای این مرض میسازدو میکرب آن مستقیماً در نتیجه معاشرت با مبتلاو یا غیر مستقیم بتوسط شیر و ملبوس وکتب و گرد و گربه سرایت باشخاص سالم مینماید . علائم دیفتری درد گلو در موقع بلع خوراك و احساس استرخاء و سستی در بدن و بالا رفتن درجه حرارت و تندی نبض و استفراغ است و پس از بروز این علائم در عرض چند ساعت غشاء خاکستری در روی لوزتین یا یکی از آنها ظاهر میشود و برای آنکه گلوی طفل معاینه شود باید دهان را در روشنائی باز و دسته مسوك یـا قاشقی را روی زبان او گذارد و دست هـای او را نگاه داشت در اینحال اگر طفل بگویـد (اه) گلو کاملا رویت میشود . در صورت سبك بودن مرض غشاء مزبور وسعت زیادی پیدا نکرده وپس از یکهفته تیکه تیکه دفع و یا بلع شده وحرارت پائین آمده اشتها برگشته و مریض شفا مییابد ولی در حال شدت غشاء مزبور بد مـاغ و قصب الریه ممتد و آنوقت کسالت مریض سخت و گردن او متورم و ماده از بینی خـارج و استفراغ عارض میشود و در صورت خیلی شدید شریانها پاره شده وخون بزیر پوست و یا بگلو و معده میریزد وآنگاه استفراغ و بیحالی عارض و در عرض یکهفته مریض فوت مینماید و شفا از عارضه شدید و گاهی از ملایم آن منتهی بفلج یکی از اعضاء از قبیل قلب و چشم ها و لبهـا

حجاب القلب میشود . فلج قلب و حجاب القلب خطرناك ولی فلج سایر اعضاء موقتی بوده پس از چندی رفع میشود . درفلج سق مشروباتیکه از دهان نوشیده میشود از راه بینی برمیگردد و در آنحال بلع لرزانك و مأکولات نرم آسانتر از مایعات خواهد بود و فلج چشم باعث چپ شدن آن و یا باز ماندن طفل از قرائت است . در اطفال خورد تر از سه سال غشاء دیفتری یا از کلو شروع و بقصب الریه ممتد و یا آنکه در خود قصب الریه تولید میشود و آنگاه طفل ناراحت و صدا خشن گردیده و سرفه های او صدای فلز میکند و این ناخوشی را برخی برنشیت تصور نموده و چون مداوای طفل بتاخیر افتد آنگاه تشنج عارض وطفل برخواسته برای تنفس کوشش میکنند و صورت نیلگون شده چشم مثل آنکه میخواهد از حدقه خارج شود بنظر میرسد تا آنکه هوا داخل ریه شده وطفل فرسوده موقتاراحت میشود و در صورت تکرار این حالت باید لولهٔ را از قصب الریه طفل گذرانید و این عملی است که باید حتی در باره اطفالی که گمان بهبودی در آنها نمیرود اجری نمود . وقتیکه طفل مظنون بداشتن دیفتری شود باید او را دراطاقی مخصوص ومجزا ازسایرین جا داده وتا رسیدن طبیب بر پشت خوابانید و مواظبت کرد حرکت عنیف و شدیدی نکند چه باعث وقفه عمل قلب میشود و در اماکنی که مریضخانه هست بهتر آنست طفل بانجا برده شود ودر صورت نگاهداری درخانه باید سرم ضد دیفتری فوری تزریق نمود مگر آنکه حمله دیفتری خیلی سبك و ملایم باشد . در دوره کسالت خوراك طفل باید همان باشد که برای تب مخململك شرح داده شد و اگر شیر از راه بینی خارج شود باید آن را با ارووت مخلوط کرده بخورانند و با دستور طبیب حلقوم را شستشو دهند و در صورتی که

حلقوم مسدود و بلع ممکن نباشد لوله لاستیکی را باید از مجرای بینی بگلو رسانید و برای آنکه اطمینان حاصل شود که بدهانه قصب الریه متصل نیست قبلا بایستی در لوله مزبور آب ریخت و سپس شیر یا آروروت واگر در حین این عملیات سرفه عارض و غشاء دیفتری بصورت و یا چشم پرستار ترشح شود باید فوری صورت را با آب گرم وصابون و چشم را با محلول آسید بوریك شست . پرستار مریض دیفتری باید لباس پنبهٔ آستین دار در بر کرده و پیش بند سفید ببندد و پس از بهبودی اطاق و تمام اشیاء و لوازمات آن ضد عفونی شوندو خود مریض در صورت امکان بکنار دریا مسافرت و چندی در آنجا توقف نماید ولی این مسافرت پس از گذشتن سه هفته از شروع مرض و شفای کامل باید انجام گیرد .

اکزما ـ اکزما ورم‌جلدی است که از آن مایع رقیقی خارج میشود و این مایع پارچه نخی وباکتانیرا که روی جلد متورم گذارده میشود شق و آهار دار مینماید وعلت واقعی مرض مزبور کشف نشده‌زیرا در محل اکزما هشتاد نوع میکرب دیده شده و معلوم نیست کدام یك از آنها باعث آن میشود . چیز هائیکه تولید اکزما میکنند بسه‌قسمت‌میشوند اول مالش پوست و قلیا و کربالیك و گرما و عرق خشك شده و مواد تیز و تندی که بجلد میرسد وصابون وبعضی مواد شیمیائی . دوم سموم موجوده در خون که بپوست اثر میکنند مثل سمومی که در مرض نقرس و سوء هضم و خستگی دماغ و اعصاب تولید میشود . سوم وقفه و نقص در جریان خون که در اثر ورید های منبسط و یا استعمال بند جوراب ایجاد میگردد که در هر حال باید علت را جست و درصدد رفع آن‌برآمد و بطلایه کردن مرهم های معموله پرداخت و آنهائی که تصور میکنند

معالجه اکزما بصحت آنها مضر و مایع مترشح کثافات بدن آنها است که خارج میشود عقیده باطل داشته و راه خطا می پیمایند زیرا معالجه آن خطری برای آنها نداشته و بهیچوجه بصحت آنها مضر نیست در خاتمه . از و ما تذکر داده میشود که اشخاص مبتلا باکزما بایستی از استعمال صابون خود داری کرده و با آب و سبوس شستشو نمایند .

رماتیزم ـ رماتیزم یا درد مفاصل بعقیده عدهٔ در اثر میکربی مخصوص و آن مرضی است غیر مسری که غالباً جوانان و اطفال بزرگتر از ده سال بالوراثه و یا در اثر رطوبت و سرما بان مبتلا میشوند وعلائمش تب و عرق کردن زیاد و گلو درد و ورم مفاصل و در اشخاص کوچکتر از بیست سال مرض قلبی است و از اینرو میتوان گفت مرض قلبی اغلب جوانان از رماتیزم میباشدوعلاج آن برخلاف عقیده عموم مردم استراحت زیاد است و وقتیکه تب مفاصل عارض میشود باید آن رادر اثر ورم قلب دانسته وبادوبه مسکنه قلب که عبارتند ازخوراك های یك گرمی سالیسیلات دو سود Salicylate of soda و خوراکهای آسپیرین در هر سه ساعت یکمرتبه پرداخت و مفاصل را گرم نگاهداشت و پس ازرفع درد هم باید بمعالجه و مداوا ادامه داد زیرا ممکن است عود نماید . در هنگام مرض خوراك مریض باید رقیق و سریع الهضم از قبیل آش و آبگوشت و بعد ماهی و خوراك های گوشت دار باشد و لباس او ماهوت بوده و ملافه رختخواب او پی در پی عوض شود تا عرق زیادی باعث سرما خوردگی نشود . رماتیزم مزمن پس از تب مفاصل عارض و عموما اشخاص مسن صحیح المزاج بان مبتلا میشوند و در آنحال مفصل ها مخصوصا زانو ها و شانه ها درد گرفته وسستی و رخاوت در تمام بدن ظاهر و گاهی صحت

شخص نیز مختل میشود و سالیسیلات که در تب مفاصل مؤثر است در رماتیزم‌مزمن بی‌ثمر بوده ولی طلایه کردن مرهم بلاد نا ولدانم وگذاردن کیسه های گرم مملو از شن و یا نمك بمفاصل مفید است . اخیرا مرسوم شده است که مفصل و یا تمام بدن باستثناء سر را با پارچه که آتش بآن نفوذ نمیکند بپیچیده و در جعبه فلزی قرار داده و بوسیله چراغهای الکتریکی حرارت درون جعبه را به ۴۰۰ درجه فرنهایت میرسانند و بااین ترتیب دردراساکت میکنند . رماتیزم مزمن غالباً علاج نمیشودولی خطر جانی هم ندارند .

حصبه ــ میکرب حصبه در آب نشو و نما کرده و آبهائیکه مجاور و جنب چاه مبال و چاه فاضل آب هستند ممکن است دارای آن شوند و چون اینگونه آبها آشامیده شود میکرب داخل معده گشته و سالماً بمعاء دقاق میرسند و در آنجا خانه کرده زیاد میشوند و در نتیجه روده ها آماس و از محل اورام میکرب داخل خون شده و آنرا مسموم میکنند و آنگاه عرق وادرار و فضولات شخص دارای میکرب مزبور و بوسیله مگس و گرد و خاك شایع میشود واز اینروبایدمدفوعات مریض‌حصبهٔ را در چاهی ریخته و آهك و کرولین روی آن بپاشند و چون این مرض در پائیز شایع است در موقع شیوع باید آب جوشیده آشامید و نجاسات‌و زباله را ازاله نمود و منبع آب را دور از چاه مبال و چاه فاضل آب‌قرار داد . همینقدر که میکرب‌داخل بدن‌شد درهفته اول هرشب یکدرجه حرارت بدن زیاد شده و ضمناً بی‌اشتهائی و سر درد و سستی و بی ترتیبی عمل‌مزاج عارض میشود و در هفته دوم‌حرارت به ۱۰۳ درجه فرنهایت رسیده و بهمین میزان باقی میماند و جوشهای قرمزی در تمام بدن ظاهر

و پس از چند روز پژمرده شده زبان را غشاء مرضی پوشانیده مغز کنند
و مدفوعات زرد و مایعی میگردد و اگر حمله مرض سبك باشد درهفته
سوم بهبودی در حال مریض مشاهده شده شفا مییابد ولی در صورت
حدت در هفته سوم و چهارم حال مرض بدتر از هفته دوم میشود و
آنگاه من من کرده هذیان میگوید و زبان خشك شده و ترك میخورد و
مادهٔ در روی دندانهای او جمع میشود که اگر پاك کنند مجددا تشکیل
مییابد و آنگاه در اثر ضعف وبیحالی شدیدی مریض فوت مینماید. اورامی
که در معاء دقیق تشکیل میشود باعث نازك شدن دیوار آن میگردد و اگر
پاره شود فوت را باید پیش بینی نمود و لذا هرگاه حرارت بدن مریض
یکمرتبه کم یا خون از او دفع شود میبایستی بلادرنك طبیب را احضار
نمود و مریض را تاورود اوبدون حرکت نگاهداشت و برای دفع فضولات
پارچه زیر ماتحت گذارده و پی درپی او را عوض نمود و کیسه لاستیکی
پر از یخ را روی شکم او قرار داد و چون معده مریض حصبهٔ در اثر
وجود اورام مزبور نازك ودر واقع حال کاغذ راپیدا میکند بدون تجویز
طبیب بهیچوجه نباید مسهل باو بخورانند ولی اماله کردن اوبی‌ضرراست
و از آنجائیکه این ورم هاپس از ده روز از رفع مرض وطبیعی شدن
حرارت بدن خوب نمیشود لذا از تاریخ شروع تا آنوقت غذای مریض
باید رقیق و مایعی باشد و اگرچه در ده روز بعد از بهبودی حرص و ولع
زیادی در مریض برای خوردن غذا های جامد و سخت پیدا میشود ولی
در اطاق و دسترس او نباید اینگونه مأکولات قرار داده شود و هرکسی
که در مقابل الحاح و تمنای او مأکولات جامد دهد دشمنی کرده وجانش
را در معرض فنا قرارمیدهد . در حال شدت مریض حصبهٔ را بایددرآب

سرد غوطه داده و باین طریق جلوگیری از هلاکت او مینمایند یعنی حمام فرنگی را جنب تخت خواب او آورده و مملو از آب سرد میکنند و مریض را در پتوئی پیچیده درآب فرو برده و بیرون میاورند این عمل هرچند باعث لرز شدید میشود ولی هذیان را رفع و تب را تخفیف میدهد اگر چه اقوام واقارب مریض ازاین شستشو احتراز میکنند ولی بهترین طریقهٔ نجات مریض از خطر موت است. مریض حصبهٔ باید پس ازبهبودی و شفا چندی بتفرج و تفریح پرداخته و سپس بسر خدمت و شغل خود عودت نماید. بعضی ها پس از ناخوشی فربه و چاق میشوند ولی آن فربهی موقتی بوده و بتدریج از بین میرود. پرستار باید در موقع پرستاری پیش بند سفید بسته و قبلا بصابون چنك زده و باینوسیله زیر ناخن ها پرشده و جلوگیری از خانه کردن میکرب در زیر آنها بشود و پس از اتمام پرستاری میبایستی دستهای خود را با آب گرم و صابون شسته و باندازهٔ که صد عدد شمرده شود درمحلول پرکلرید دردوهزار مقابل آب نگاهدارد. در مدت مرض ادرار و فضولات مریض باید در ظرفی که دارای ماده ضد عفونی باشد ریخته شود وپارچه و البسه را قبل از شستن باید در محلول کربالیك یك درچهل خیس کنند واطاق مریض و اثاثیهٔ آنرا پس ازخاتمه مرض ضد عفونی نمایند وباید در نظر داشت که تابهبودی کامل مریض از رختخواب و اطاق خود خارج نگردد.

لسع حشرات ـ هرگاه یکی از حشرات شخص را بگزد روی موضع باید قدری امانیاك مالید و در صورت عدم آن قلیا نیز ممکن است استعمال شود و موضعی را که سك گرفته است باید نیترات دارژان Silver nitrate ویا پطاس محترق مالید و بعد مرحم براکس روی آن

طلایه کرده و آن را بست .

ضغطه ـ ضربت وارده بشکم تولید الم و درد شدید و تشنج میکند و در آن حال باید استراحت نموده خود را گرم نگاهداشت و کمی کنیاك و چای و قهوه صرف نمود. ضغطهٔ بسر گاهی باعث شکافتن آن میشود و آنگاه بیهوشی عارض و در صورتیکه متعاقباً جنبشی در شخص مشاهده نشود ... ت دست میدهد والا استفراغ کرده شروع بنالش میکند وبتدریج بهوش میاید ولی در مدت چند روز کج خلق بوده و برای چند ماه حواسش پرت خواهد برد . در صورت وقوع ضغطه بسر باید شخص را فوری خوابانیده و بتدریج تهییج نمایند و غذا را منحصر بشیر کرده ومانع از حرکت او تاچندروز شوند و پس از بهبودی باید او را بتفرج و گردش وادارند .

سوختگی ـ در سوختگی آنقدر که وسعت وسطح آن اهمیت دارد عمق وگودی آن ندارد و در صورتیکه کمتر از ثلث جلد سوخته وفاسد شده باشد امید بهبودی و نجات میرود . خطر سوختن اول صدمه خوردن سلسلهٔ اعصاب و بعد مسموم شدن خون و تولید ذات الریه یاضعف وبیحالی و یابد شکلی جلد است که در اثر جمع و منقبض شدن زخم ها پیدا میشود . طفلی که در آتش افتاده وسوخته باید بدون بیرون آوردن لباسش در پتوئی پیچید و خوابانید وبطلیهای آب گرم در ماهوت پیچید وبه پاها و پهلوها گذارد و در صورتیکه دوسال کمتر داشته باشد یکقاشق چای خوری کنیاك در دو قاشق آب گرم باو نوشانید وبرای هرسال اضافی نیم قاشق افزود ولی در هرحال از سه قاشق نباید تجاوز کرد . جاهای سوخته وبیرون از لباس را باید باچلوار بی آهار که روی آن وازلین ویاروغن زیتون طلایه شده باشد پوشانید ودر صورت عدم روغن زیتون ووازلین میتوانند

خمیر آرد الك شده استعمال‌نمایند ولی در هر حال باید مراجعه بطبیب نمود و در صورتیکه سوختگی جزئی باشد باید عضو سوخته را در آب سرد غوطه داد و بعد خمیر و یاروغن خوردن روی پارچهٔ طلایه نمود و عضوسوخته را بست وتاولهارا باسوزن سوراخ‌نمود . گاهی اطفال آب و یا شیری که در حال جوشیدن است نوشیده ودهان آنها سوخته وتاول میکنند وکاهی گلو نیز ورم کرده ومانع تنفس‌میشوددر این‌موارد هیچ اقدامی بجز احضار طبیب . نباید کرد و تا رسیدن اوباید طفل را در پتوئی پیچیده نزدیك آتش نگاهداشت .

سرمازدگی ـ فلج شدن رگهای عضوی ازاعضاء را دراثر سرما سرمازدگی مینامند واعضائیکه‌مستعد ابتلاء بآن هستند انگشت های‌دست وپا وگوشها وبینی میباشند واشخاصیکه جریان خون آنها بطئی وکنداست زودتر ازسایر مردم مبتلامیشوند . درمرحله اول‌سرمازدگی عضومربوطه سفید وسرد میشود ودر مرحله دوم گرم وپرخون وقرمز شده میخارد. اگر عضو سرما زده دستها وپاها باشد باید دستکش گشاد پشمی بدست وپوتین فراخ بپا کرد وکلدین بانهامالید یانشاسته پاشیده آنرا بست‌وضمناً بورزش پرداخت وعضو سرما زده‌را خشك ونظیف نگاهداشت ودرصورت ترك خوردن مرهم .برا کس بروی ترکها طلایه نمود

وبا ـ وبا وباکلرا مرض مسری است که میکرب آن در آب نشوونما کرده و بوسیله آن شایع میشود وعلائم مرض مزبور اسهال شدید وضعف است که غالبا بمرگ منتهی میشود . در موقع شیوع باید آب جوشیده نوشید و میوه‌را در آب جوش فرو برده و بعد صرف نمود وبشرب دوسه گیلاس کنیاك در روز پرداخت . این مرض در پائیز شایع میشود

وتلفات آن زیاد است .

اغماء ـ اغماء حالت بیهوشی و بهت شدید است که شخص بهوش نیامده هوشیار نمیشود و آنگاه نفس کند ونبض بطئی و بزودی محسوس میشود واز این جهت باضعف اختلاف دارد زیرادرحال ضعف نبض باشکال محسوس میشود . علل اغماء اول صدمه خوردن مغز ودوم مسموم شدن آنست صدمه خوردن مغز در اثر شکستن جمجمه یا پاره شدن رك در مغز یعنی سکته است ومسموم شدن مغز در اثر خوردن سم وتزریق آن بزیر پوست میباشد . تریاك و اسید کربالیك و افراط در شرب و وجود مرض دولاب ممکن است باعث اغماء شود ودر هرحال باید مراجعه بطبیب نمود وتا رسیدن او سروشانه های مریض را بلند نگاهداشت و مهیجی باو نداده ودر صورت لزوم بتنفس مصنوعی پرداخت .

دولاب ـ در مرض دولاب قند بمصرف خود در بدن نرسیده ودرخون جمع وبا ادرار دفع میشود وکثرت کار وافراط درشرب واستعمال تریاك وعدم ورزش علل مهمه آنست ولی در برخی ارثی ودر بعضی دراثر وجود ناخوشی لوزالمعده است وعلائم آن تشنگی وادرارزیادوحرص برای غذا ولاغری یافربهی است وبعضی اوقات باسل سینه نیز توأم است . ابتلاء اطفال باین مرض غالباً باعث هلاکت آنها میشود ولی درسن کمال چندین سال طول میکشد و در صورتیکه بواسطه پر خوری باشد بزودی رفع میشود . برای شفا وخلاصی یافتن از این مرض باید در خوردن گوشت وقند امساك نموده واز خوردن نخودولوبیا وجگر سیاه وحیوانات صدف دار وکلیه نباتات تحت الارضی ازهر قبیل وآبگوشت نشاسته دار احتراز نمایند و نشاسته آرد را گرفته واز مابقی نان ترتیب دهند و در

صورتیکه ناگزیر از خوردن نان معمولی باشند بایستی خیلی برشته کرده ودر عوض قند ساکارین وگلسیرین صرف نمایند .

گنگی ـ لال بودن در نتیجه وجود کری است و در صورتیکه ازتاریخ ولادت شروع نشود قبل از شروع طفل بصحبت کردن عارض میشود .

ذات‌الریه ـ ذات الریه دارای میکربی مخصوص است و بریتین کسانیکه قوه دفاعیه شان بواسطه شرب الکل یا سرما خوردگی ویا تب حصبه ویا علل دیگر کم وکاسته شده حمله نموده وآنها را مبتلا میکنند . در موقع حملهٔ مرض مزبور ریتین ورم کرده ومنظور طبیعت از این ورم حبس شدن میکرب در ریتین وعدم نفوذ آن بسایر اعضاء است ولی با اینحال گاهی سرایت کرده وورم غشاء جنب وغشاء مغز ومفاصل وامثال آن ظاهر میشود . ریهٔ حیوانات پست توانائی حبس ونگاهداری میکرب ذات‌الریه را ندارد بنا براین همینقدر که مبتلا شدند خون مسموم شده میمیرند . علائم ذات الریه درانسان لرز ومتعاقب آن زیاد شدن حرارت بدن وسرفه دردناك وبرا فروختگی صورت ونفسهای تند ونبض سریع است ولی آنقدر که نفس سریع میشود نبض تند نمیشود و بهمین منوال تا روز پنجم و یاهفتم ویا نهم حال مریض باقی مانده ودر یکی از این سه روز که ایام بحران است تب خاتمه پیدا کرده ومریض عرق میکند واشکال تنفس متعاقباً مرتفع میشود مرك ازذات‌الریه در اثر ضعف وبیحالی است که روز قبل از بحران رخ میدهد . در اواخرایام کسالت اخلاط زردرنك دفع وبیخوابی وهذیان دردوره کسالت عارض میشود . مریض ذات الریهٔ باید در رختخواب استراحت کرده وغذاهای رقیق هردو ساعت یکمرتبه بخورد ودر صورت تشنه شدن لیموناد وآب بنوشد وباید هوای اطاق اورا پی‌درپی

عوض کرده واز گذاشتن ضماد وکیسه یخ بسینه او خود داری کنند مگر آنکه درد شدید باشد زیرا سنگینی این چیز ها بیشتر فشار بریه آورده و تنفس را مشکل میکند واینکه عوام تصور میکنند که ورم را بوسیله گذاشتن ضماد وغیره میتوان خارج ساخت خیالی پوچ وباطل است .در صورتیکه نبض بی ترتیب و نفس تند وکند شود یکقاشق آش خوری کنیاك هریکساعت یا دوساعت ویاسه ساعت یکمرتبه بنا بچگونگی موقع و حال مریض باید نوشانید بعلاوه سایر مهیجات قلب نیز ممکن است داده شود ودر صورتیکه در محل طبیب باشد از بدو مرض الی انتهای آن میبایستی بدستور او عمل نمایند. شفای از ذات الریه در صورتیکه مبتلا سنش کمتر ازسی باشدبسیار محتمل است وهر چه سن زیادتر باشد احتمال شفا وبهبودی کمتر میباشد و اشخاصیکه یکمرتبه بان مبتلا شده‌اند بندرت دیگر دچار آن میشوند .

ذات الجنب ـ ذات الجنب یعنی ورم پردهٔ جنب وبدوقسم ظاهر میشود اول مرطوب ودوم خشك . در قسم اول مایع از پرده قلب ترشح کرده وبین دیوار سینه وریه جمع شده وآنگاه ریه درفشار واقع میشود وآن یا مایعی است رقیق ویا ماده است واگر ماده وچرك باشد دلیل بر وجود تب ذات الریه ویاتب دیگری است وعلت اقسام دیگر سل و سرما خوردگی و یاتب مفاصل است و باید دانست که ابتلاء بذات الجنب غالباً بواسطه وجود سل سینه ویا مقدمه ویامستعد بودن برای ابتلاء بانست لذا اگر در موقع خود معالجه نمایند از ابتلاء بان مصون ومحفوظ میمانند. علائم ذات الجنب ناگهانی عارض میشود وآنها عبارتند ازدرد گرفتن پهلو درهرنفس وزیادشدن حرارت بدن و سرفه ودر صورت جمع شد ن مایع در سینه قسمت های متورم پرده جنب از دیوار سینه

سوا شده ودرد ساکت میشود ولی ریه در فشار واقع شده و تنگی‌نفس زیاد میشود و مایع مزبور اگر ماده نباشد در عرض چهارده روز جـذب ودفع شده ودر صورتیکه مقدار آن زیاد وباعث حرکت قلب از جای‌خود شود باید بوسیله طبیب اخراج شود ودر صورت ماده وچرك بودن باید عمل کرد زیرا ممکن است بخودی خود دفع نشده وخون را مسموم کند مریض ذات‌الجنب باید استراحت کرده وغذایش رقیق باشد . گاهی لازم میشود ضماد های گرم ویا چیزهای سرد بسینه مریض بگذارند وبرای‌این مقصود ضماد بزرك وخمیر صابون وکیسهٔ یخ مناسب است ودر صورتیکه مایع متشکله زیاد باشد حرکات ناگهانی خطرناك ودر هرحال تاعدم آن توسط طبیب اثبات نشود باید موجود تصور نمود . موت از این مرض ناگهاناً در مواقعیکه مبتلایان برای ادرار کردن حرکت نموده اند رخ داده است .

گلو درد ـ وقتیکه گلو درد عارض میشود باید آنرا مقدمه‌بعضی از تبها دانست و چنانچه در تحت عنوان دیفتری قید شده در روشنائی گلو معاینه شده ودرصورتیکه غشاء سفیدو یاخاکستری در دهان ویاروی لوزتین و یادرحلقوم مشاهده شود بایدبطبیب‌مراجعه نمود ودر صورت عدم غشاء مزبور مراجعهٔ بطبیب لزومی ندارد وباید تأمل کرد وروز بعد سینه ومفاصل طفل‌را معاینه‌نمود زیرا گلو درد ممکن است مقدمه تب مخملك یا مفاصل باشد ودر خلال این احوال خوراك باید رقیق و سریع الهضم یعنی شیر وآب جو وتخم مرغ وحریره ولرزانك و یخ در بهشت باشد و شب ملینی خورده و مشروبات مسکنه بیاشامد . در اکابـر گلو درد بواسطه خرابی دندان یاالثه های مصنوعی خارج از اندازه است

که در آنحال لوزتین ورم کرده ویا تاولی در روی آنها تولید میشود ودر آن وقت زبان باردار و بلع مشکل وحرارت بدن به ۱۰۲ درجه فرنهایت میرسد وسر وسایر اعضاء بدن درد میگیرد واگر تاول در لوزتین ظاهر شود هرچند که خودش بالطبیعه خوب میشود ولی بهتر سوراخ کردن یاسوزن زدن آن است طفل مبتلا بگلو درد را باید ازسایر اطفال مجزا نموده وغذای رقیق سریع الهضم داد . در گلو درد یاباید حلقوم را با کلرات دپطاس Cholorate of potash شستشو وغرغره کردوشال گردن استعمال نمود و دندان مصنوعی را در دوره ناخوشی استعمال ننمود وادویه کنه کنه دارخورد . گلو درد دائمی بواسطه تغنی زیاد ویاسوء هضم وافراط درشرب وتدخین ویازخم بودن بینی است که باید درهرحال علت رافهمید ودر صدد رفع آن برآمد وگلورا با مرهم های معموله چرب نمود برای شستشوی لوزتین باید یك قاشق چای خوری از مخلوط ذیل دریك استکان آب ریخته وروزی سه مرتبه غرغره نمود : بیکربنات دسود (جوش شیرین) ۱۵ گرم کلرات دپطاس ۱۵ گرم براکس ۱۵ گرم شکر سفید ۲۹ گرم

آفتاب خوردگی — آفتاب خوردگی بضعف از گرما وتب گرما اطلاق میشود . ضعف از گرما در نتیجه گرماخوردگی ومجاور بودن باگرما ست ازهرقسم که باشد وآثار آن پریدن رنك وعرق ونبض ضعیف و تنفس شدید و حرارت غیر طبیعی بدنست وهرچند رفع میشود ولی گاهی هم منجر بموت شده ووقوع آن درنتیجه متوقف شدن عمل قلب و یاقصور آنست . برای شخص گرما خورده بهترین دوا هوای آزاد وتازه و صرف مهیجات میباشد تب گرما اثر ماندن زیر شعاع گرم آفتاب است و خستگی ولباس تنك و شرب الکل شخص را مستعد برای ابتلاء بآن میکنند

وعلائم تب مزبور بیهوشی خفیف و سنگین است و غالباً دوار وگیجی وتهوع قبلا عارض میشود ودر آنحال برعکس ضعف از گرما که رنگ میپرد صورت برافروخته شده و حرارت بدن به ۱۱۰ درجه فرنهایت میرسد وآنگاه مرگ ناگهانی واقع میشود و اگر شخص بهوش آید پس از بهبودی تاچندی حافظه‌اش مختل ودر آتیه حتی از آفتاب تابستان هم زیاد متأثر میشود. درتب گرما تکمه های لباس را باید باز نموده ورفاده آب سرد بتمام بدن انداخت وبخ ببدن مالید ویك کیسه لاستیکی راهم باید از یخ پر نموده بروی پیشانی گذارد.

استفراغ — تهوع مثل بلع عمل عضله بوده وتوسط سلسله اعصاب اداره میشود ومرکز آن در ابتداء نخاع است. استفراغ تحت اراده خود شخص نیست بلکه در اثر تأثرات وارده بمرکز تهوع است. برخی چیزها مستقیماً بمرکز تهوع تأثیر میکنند از قبیل بعضی امراض وجریان خون کثیف بمغز که در نتیجهٔ تب ویا استعمال سموم حاصل میشود و برخی غیر مستقیم بمرکز تهوع صدمه میزنند یعنی از اعضاء دیگر بآن سرایت میکنند مثل پریشانی حواس که دراثر منظره وصداها وبوهای نامطبوع یا وجع ودرد شدید پیدا میشود ویاصدمه خوردن عصب حلقوم ویا معده ویاسایر احشاء و امعاء مثل خاریدن گلو یا سرفه طولانی یاسم ویاغذای غیر قابل هضم یافشار بمعده بواسطه کمربند تنگ ویاورم معده و یابیبوست یا آپاندیسیت ویا وجود کرم وامثال آنست وباینقرار استفراغ علائمی است که علل آن ممکن است خیلی مهم ویا بی اهمیت باشد. استفراغ اگر نتیجه سوء هضم ویا خوردن سموم باشد دوای طبیعی برای آنها بوده و باینوسیله رفع میشوند. استفراغ با زیاد شدن حرارت بدن

مقدمهٔ یکی از تبهاست ودر صورتیکه بایبوست توأم باشد دلالت بر وجود سده در امعاء میکند ودر هردوحال مراجعه بطبیب لازم‌است دردوره رضاع استفراغ در نتیجه شیر دادن زیاد ویا شیر سنگین بطفل است‌ودر صباوت‌وبچگی پرخوری و ضغطه وضربت بپشت‌سر وعلاج آن استراحت و نوشیدن آب سرد است در این حال یك خوراك پودرگری Grey powder ویا مخلوط ۶۵ میلیگرم گرد ریواس و ۱۳۰ میلیگرم جوش شیرین و ۱۹۵ میلیگرم زنجبیل سائیده باید داده شود ودر صورتیکه طفل بزرك باشد ادویهٔ مزبور را باید سه یا چهار مقابل نمود و اگر آثار دیگری درطفل مشاهده شود آنگاه مراجعه بطبیب باید کرد. استفراغ اکابر مثل استفراغ اطفال ساده نیست و بایستی بااهمیت تلقی شود استفراغ پی در پی دلالت بر وجود کرم میکندواگرسردردهم‌با آن توأم باشد ممکن است در اثر خرابی وعیب‌چشم‌باشدلذا باید بکحالی مراجعه وبدستوراو درصورت لزوم عینك استعمال نمود. در صورتیکه دسترسی بطبیب نباشد درموقع عارض‌شدن استفراغ باید بوسیله‌مراعات نکات وخوردن ادویه ذیل از آن جلوگیری نمود: جرعه‌جرعه‌آشامیدن آب‌گرم‌ونوشیدن شامپی ویا آب گاز داری که یخ در آن انداخته شده باشد و نوشیدن یکقطره شربت اپیکا که‌با یك قاشق آب گرم مخلوط شده باشد درهر نیم ساعت یکمرتبه وتا مدتیکه حالت تهوع عارض میشود وخوردن قرص بیسموت از یك الی ششدانه درهر سه ساعت.

زگیل - زگیل برآمدگی جلداست که‌علت‌واقعی‌آن‌معلوم نیست‌ودر هرسنی بروز میکند منتهی در جوانی متعدد و نوکدار ودر پیری وسن کمال پهن و معدود است ودر صورت کثرت ووفور یکمرتبه ظاهر و بعد یکمرتبه ناپدید ودفع میشوند مثل آنکه بروز و دفع آن ها منوط

بعلت دماغی وعصبی است واز اینرو در ایام قدیم برای رفع آنها متوسل
بدعا وجادو میشدند زگیل فقط در جلد ظاهر نمیشود بلکه در گلو
ودر مثانه نیز بروز میکند ودر صورت منحصر بفرد بودن بادوام وطولانی
شده وگاهی مرکز بروز سرطان میشود . اگر زگیل فراوان ودر غیر
صورت ظاهر شود باید بوسیله دوای محرق و سوزاننده آنها را بر طرف
نمود وبرای این مقصود باید پوست اطراف زگیل هارا بوسیله طلایه وازلین
ازدوای محرق که برای رفع زگیلها استعمال میشود محفوظ داشت وآنگاه
اسید استیك یخی بانوك چوب کبریت بروی زگیلها مالید وچون جای
زگیلها زخم میشود میبایستی در آن حال مرهم برا کس را روی
کتانی طلایه کرده وبروی زخمها گذارد وبجای اسیداستیك ممکن است
محلول اسید سالسیلیك در کلدین ویا پطاس محرق مالید ولی در هر
حال باید معالجه ومداوارا تمام کرد زیرا نا تمام گذاردن آن باعث بزرك
شدن زگیل ها میشود وچون زگیل در صورت ظاهر شود باید بطبیب
مراجعه نمود زیرا سوء استعمال ادویهٔ فوق الذکر باعث زخم شدن
صورت میگردد .

عقربك ـ عقربك یا درد ناخن ورم انگشت ویاشست وجمع شدن
چرك وماده در آنها است ودرصورتیکه مداوا ومعالجه نشود مادهٔ بدست
ومچ دست ریخته باعث درد واز کار باز ماندن دست میشود لذا همینقدر
که ماده در انگشت جمع شد بایستی بطبیب مراجعه و چرك آنرا خارج
نمود و تاموقعیکه تاول انگشت سرباز نکرده است ضماد بزرك روی تاول
انداخته وقدری پشم روی آن گذارده وبست وضماد را پی در پی بعنی
همینقدر که سرد شد عوض نمودودر موقع حرکت دست متألم را درپارچه

سفیدی بسته وبشانه طرف دیگر انداخت ودردوره ابتلاء غذای سریع الهضم مقوی تناول وازیبوست مزاج جلوگیری نمود .

طاعون در اثر میکربی است که توسط کیاتاساتونام ژاپونی در سنه ۱۸۹٤ میلادی کشف شده ومرضی است که درنتیجه معاشرت با مبتلایان وملبوس وسایر اشیاء آنها بدیگران سرایت میکنند و موشها بخصوص دراشاعه آن دخالت تام دارند . این مرض بواسطه عدم مراعات نکات صحی وعدم مایتحلل صحیح در جامعه ها شایع میشود وفصل بروز آن بهار است ولی نژاد اصفر واسود استعداد شان برای ابتلاء بان بیش از نژاد ابیض است واز قرون وسطی الی کنون دراروپا دیده نشده است . علائم ابتلاء بطاعون تب وسردرد وکمر دردوهذیان است وبعداز دویاسه روز غده های کشهای ران وزیر بغل ورم کرده بزرگ میشود . در حال شدت بعدازدوسه ساعت ازتاریخ بروز موت دست میدهدودرصورت سبك بودن حمله آن کسالت ورخاوت در بدن احساس و غده های کشهای ران قدری بزرك میشود . در اماکنی که مرض شایع است صحیه وطبیب های محلی مردم را باسرم ضدطاعون تزریق میکنند وجلوگیریهای لازمه را دراشاعه آن مبذول میدارند .

پوسه پوسه سر ـ شورهٔ سر عبارت از تشکیل پوست سفید وچرب است که ترکیب از جلد مرده و ترشحات غده های مو است و بیشتر در سراطفال تشکیل مییابد که برای معالجه ورفع آن باید روغن زیتون بموضع مالید و پوسه ها را متعاقباً با پارچه پشمی دفع و بجای آنها مرهم زنك zinc ointment مالید وبعد از آن سر را برهنه نگاهداشت وپوشش خفیفی استعمال نمود . در سن بلوغ شوره سر بواسطه سوء هضم و کرم

نگاهداشتن سر و باکار کردن زیر چراغهای گازی است و چون معالجه و مداوا نشود منتج و منتهی بریختن موها و تاس شدن سر میشود و طریق معالجه ورفع آن شستشوی شانه وشستن سر با آب وصابون بطور یومیه و بعد تدهین آن با محلول ٦٥ میلیگرم در ۲۹ گرم الکل است و چون این محلول سم است لذا باید آنرا در بطلی مخصوص ریخته و در محلی محفوظ نگاهداشت .

حلقهٔ محکم شده . بعضی اوقات انگشتری در انگشت مانده و خارج نمیشود در این حال باید دست را ببالای سر نگاهداشته وبشدت حرکت داد و پس از آن حرکت باید بانخ یا حلقه تنگی ازسر ناخن به انگشت کرده وتا پهلوی انگشتری گذرانید یعنی انگشت را تهی از خون وبعدا انگشتری را درانگشت بپیچیده وباین منوال متدرجاً خارج نمود ودر صورتیکه این اقدام منتج به نتیجه نگردد باید متوسل بسوهان شد .

سرطان . سرطان برآمدگی در بدنست که پس از چندی بواسطه نرسیدن خون کافی بآن کدر شده وپوست آن ترکیده زخم کثیف وموذی را تشکیل میدهد وگاهی ایجاد مثل در یکی ازاعضاء دور از خود مینماید . علت حقیقی پیدا شدن این زخم کاملا مکشوف نشده و در جامعه ها رو بازدیاد است و بواسطه درد سخت خود شخص را نحیف و قوا را تحلیل میبرد . در ابتلاء بسرطان وراثت وسن دخالت دارد . یکنوع سرطان فقط خیلی پیرو یا خیلی جوان را مبتلا میسازد ونوع دیگر آن بندرت دراشخاص کوچکتر ازسی سال بروز کرده و غالبا درسن چهل الی شصت عارض میشود وچنانکه بامتحان رسیده غالب حیوانات کامل الاعضاء مبتلا بآن میشوند وبیشتر در اماکن ونواحی جنگل دار وکنار سواحل رود خانه هائیکه

طغیان میکنند از قبیل تمس شیوع دارد وبسا دیده شده است مستأجرین خانهٔ ویا مسافرین کاروانسرائی همگی مرض مزبوررا گرفته اند و کاهی مالش پی در پی زخم سرطان بعضو دیگر باعث پیدا شدن زخم در آن عضو شده است واز اینرو برخی آنرا مسری دانسته اند وچون هرعضوی که مورد مالش وصدمه وفشاراست مثل فشاردندان شکسته بزبان ویافشار پشت کفش بشکم کفش دوز دچار این مرض میشود از اینرو بتولید شدن آن ازمیکربی مخصوص مظنون شده ودرنتیجه مشاهدات میکرسکپی ذراتی هم درمحل زخم آن دیده‌اند ولی اطمینان کاملی بتولید شدن سرطان از آن ذرات نیست وبرخی تصور کرده‌اند که تولید آن ازنسجی است که ازولادت دربدن بوده منتهی بواسطه فشار و صدمه خوردن نمو غیر طبیعی یافته بزرك میشود . علائم ظهور سرطان باختلاف اعضاء فرق میکند سرطان نسوان در سینه و در رحم بروز میکند و سرطان رجال در روی زبان و معده وامعاء وزیر پوست ظاهر میشود ولذا وجود زگیل در زبان ویا برآمدگی زیر پوست در سنین عمر بایستی مورد توجه واقع شده وبطبیب مراجعه نمود چه اگر امتحانات و تجارب آنها را بی صدمه نشان دهد ممکن است سرطان بوده ودر آتیه شخص را دچار مخاطره وزحمت کند زیرا سرطان اگر زود شناخته ودر بدو بروز توسط جراح عمل شود از خطر وزحمت آتیه میتوان مصون ومحفوظ ماند . در معالجه سرطان تزریق سرمهای مختلفه ورادیوم وهمچنین طلایه کردن ادویه‌و مرهمهای محرق بی نتیجه واقع شده است .

لرز ـ لرز بواسطه صدمه خوردن سلسله اعصاب است و علل آن مهم و یا بی‌اهمیت بوده بسه طبقه تقسیم میشود : اول علت دماغی

مثل ترس دوم صدمه خوردن پوست یاغشاء مخاطی ازقبیل سرماخوردن و یا ریختن ادرار چنانچه معمول بعضی اشخاص صحیح المزاج است که پس از تمام شدن ادرار لرز کوتاه و مختصری بانها عارض میشود سوم وجود سموم در خون از قبیل جمع شدن چرك و ماده در اعضاء درونی و یا لرزی که در ابتداء ابتلاء ببرخی امراض یادر حین ابتلاء عارض میشود از قبیل مالاریا و ذات الریه . مدت لرز از چند دقیقه تا چند ساعت است و غالباً پس از آن مریض عرق کرده و صورتش کلگون میشود . در حال لرز حرارت بدن زیاد میشود در صورتیکه مریض احساس سرمادرخود میکند و در حال عرق کردن حرارت کم میشور درصورتیکه مریض احساس گرما مینماید . در حال لرز بایدپتوی کلفت بروی مریض انداخته و مشروبات گرم و در حین عرق کردن مشروبات سرد باو دهند و پس از آن برفع علت پردازند ولی باید دانست که در حال لرز بهیچوجه مرك و موت عارض نمیشود

یرقان ــ مسدود شدن دهانه مجرای زرداب و یا یکی از رشته های آن باعث حبس شدن زرداب و عدم جریان آن از جگر سیاه میشود که درنتیجه‌زرداب‌داخل خون شده باادرار وعرق وآب دهان دفع‌وکاهی بزیر پوست ریخته و آنرا زرد ولکه دار مینماید . دربدو عارضه یرقان سفیدی چشمها زرد ولی بدرون چشم ندرتاً نفوذ میکند و اگر هم بنماید پس از گذشتن مدتی خواهد بود . صرف نظرازبعضی عارضه های یرقان این مرض غالبا پس از ولادت در طفل ظاهر و بدون دوا پس از گذشتن چندروزی رفع میشود و اگر در دوره جوانی عارض شود بواسطه سوء هضم است که در نتیجه ورم تولید و دهانه مجرای زرداب مسدود میگردد . در سن

کمال و در زنهائیکه بواسطه فربهی و سمن زیاد در زحمت اند یرقان در اثر
وجود سنك مثانه و در کهولت و پیری در صورتیکه با تحلیل قوا و
استسقاء همراه باشد در نتیجه وجود سرطان درلوز المعده است . اثر ریختن
زرداب بخون زیاد نیست وفقط خارش جلد تولید کرده احساسات را کند
میکند و در صورتیکه در جوانی عارض شود باید خوراك سبك و سریع -
الهضم ویك دوره ملینات تناول کرده از سرما خوردگی خود را محفوظ
ودماغ راراحت نگاهدارند . دوره یرقان دوالی شش هفته است ودرصورتی
که بواسطه وجود سنك مثانه عارض شده باشد باید عمل کرده و سنك
مزبور را خارج و در صورت خاریدن جلد با یك قاشق جوش شیرین و
یا کرلین که در ده سیر آب مخلوط شده باشد پوست بدن را شستشو نمایند.

ورم کلیه ـ مرض برایت یا ورم کلیه اطلاق باقسام اورام کلیه
ها میشود و ورم کلیه یا حاد است و یا مزمن . علل حاد
آن سرماخوردگی و الکل یا سمومی است که در اثر تب ها و مخصوصاتب
مخملك تولید میشود و علائم آن استسقاء و ادرار کم و خون دار و
استفراغ و زیاد شدن حرارت بدنست . در حال بروز آن مریض بایستی
استراحت کرده وآب زیاد بنوشد ولباس ماهوت بتن کرده ضماد بزیر شکم
بیندازد و باید رختخواب او بدون ملافه بوده بخوردن ایسم سالت
Epsom salt مداومت دهد وغذایش شیر ونان و کره باشد . ورم کلیه
مزمن در تعقیب شکل حاد آن عارض ولی غالبا در سن کمال ناگهانی و
بدون علت معلومی ظاهر میشود وعموما اشخاص نقرسی ویا آنهائیکه
مستعد برای نقرس اند بان مبتلا میشوند وعلائم آن البومین داشتن ادرار
در عرض چند سال است که خود شخص از آن بیخبر بوده و وقتی کشف

و معلوم میشود که سردرد و استفراغ عارض و پلك چشمها پف آلود و شریانها سخت و ترد شده و کاهی سکته رخ میدهد . مبتلایان بورم کلیه مزمن میبایستی فقط در روز یکمرتبه گوشت خورده و از شرب اجتناب کرده بطور یومیه استحمام نمایند وکاری کنند که عرق زیاد نمایند وباین وسیله انجام کار کلیه را بجلد و امعاء محول نمایند و برای این مقصود میبایستی پیراهن ماهوتی بتن کرده و بخوردن ایسم سالت ادامه دهند و کاهی یك خوراك کامل بخورند و در اماکن معتدل و پاك هوا بسر برند

دیسانتری ـ دیسانتری نام عدهٔ ازامراض است که بچکونکی آنها کاملا پی برده نشده و در موقع بروز معاء غلاظ متورم و مجروح شده اسهال عارض میکردد و مدفوعات دارای خون و لای بوده پیچش ودرد شکم سخت روي میدهد . بعضی اقسام دیسانتری مخصوص بمناطق حاره است وبرخي دراماکن پر جمعیت که مراعات حفظ الصحه نمیشود شایع میباشد . بعضی از اقسام دیسانتری بوسیله میکرب مخصوص عارض شده ودر رفع آن خوردن ایسم سالت مفید ومؤثر است . **انتهی**



فهرست مندرجات